

КАЛУЖСКАЯ ОБЛАСТЬ



ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
«МЕДЫНСКИЙ РАЙОН»

249950, г. Медынь, ул. Луначарского, 47
тел. /факс (848433) 21-4-17
E-mail: ronomedyn@kaluga.ru
roomedyn@kaluga.ru

**Руководителям
образовательных организаций**

от 15 апреля 2022 г. № 333

Уважаемые коллеги!

Направляем Вам письмо директора Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства просвещения РФ Л.П. Фальковской от 13.04.2022 г. № 07-2511 о проведении Недели психологии в общеобразовательных организациях РФ в период с 18 по 22 апреля 2022 г.

Просим Вас организовать участие педагогов-психологов и школьных методических служб в Неделе психологии и обеспечить максимальный охват участников образовательных отношений мероприятиями по психологическому просвещению и психологической профилактике.

Приложение: методические материалы для проведения Недели психологии.

Заведующий отделом образования
администрации МР «Медынский район»

Е.В. Дударева

Чурбакова О.М.
84843322747

**Методические рекомендации
по проведению
«Недели психологии»
в общеобразовательных организациях
субъектов Российской Федерации**

2022 год

Оглавление

Введение.....	3
Общие положения организации «Недели психологии»	4
Организаторы и участники «Неделя психологии»	9
Примерный перечень методических разработок для проведения мероприятий «Неделя психологии».....	14
Каталог электронных ресурсов.....	30
Литература	31

Введение

Современный мир являет быстрые изменения во всех сферах жизни человека, предопределяя высокий уровень переживаемого стресса у всех людей, а особенно у детей. Уровень стресса определяется, с одной стороны, обстоятельствами, в которых оказался человек, а с другой стороны – внутренними ресурсами сопротивления негативным обстоятельствам. Стресс считается главным предиктором формирования всех видов поведения, нарушающих те или иные социальные нормы, а также хронических заболеваний. Соответственно, снижение уровня стресса – главная цель профилактики любых видов девиантного поведения.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению в образовательной организации направлена на развитие, актуализацию внутренних ресурсов, способных обеспечить защищенность личности от стресса, риск развития которого обусловлен влиянием на нее внешних угроз.

Эффективной формой, позволяющей реализовывать работу по развитию стрессоустойчивости обучающихся, является «Неделя психологии». Приведенная форма для большинства образовательных организаций становится традиционным ежегодным мероприятием, в которое включены обучающиеся.

Особое значение организаторам «Недели психологии» целесообразно уделять тематической направленности мероприятий, которые будут способствовать развитию стрессоустойчивости у обучающихся.

В ключевых темах «Недели психологии» в общеобразовательных организациях рекомендуется уделять внимание:

- развитию коммуникативных навыков, что способно повысить качество установления и развития социальных контактов обучающихся;
- кооперации, позволяющей обеспечить условия для взаимной поддержки обучающихся, свободного общения, эффективного разрешения возникающих противоречий;

– групповой креативности, направленной на реализацию потенциальных возможностей обучающихся, творчества как основы самовыражения и самореализации.

Таким образом, «Неделя психологии» в образовательной организации как форма целенаправленной психологической работы с обучающимися способна создавать условия для развития стрессоустойчивости благодаря тематической ориентации общешкольного мероприятия, основанной на актуальных потребностях детей.

Общие положения организации «Недели психологии»

В настоящем подразделе освещена сущность психологической дефиниции «стрессоустойчивость», представлены ее компоненты, описаны копинг-механизмы и копинг-стратегии, а также цель, задачи «Недели психологии» и рекомендуемые формы реализации отдельных ее мероприятий.

Стрессоустойчивость – «свойство личности, обеспечивающее гармоническое отношение между всеми компонентами психической деятельности в эмоциогенной ситуации и тем самым содействующее успешному выполнению деятельности»^{1,2}. Стрессоустойчивость личности обучающегося – способность противостоять трудностям окружающего мира. Это комплексное качество, позволяющее выносить психологические и физиологические нагрузки без ущерба для собственной психики и здоровья, а также без вреда для окружающих.

Компоненты, входящие в стрессоустойчивость, в числе прочих включают:

- психофизиологическую основу (темперамент, особенности функционирования нервной системы, выносливость и иное);
- когнитивную составляющую (умение комплексно анализировать ситуацию, определять приоритетность факторов, под влиянием которых находится человек, быстро принимать оптимальное в конкретной ситуации решение);

¹ Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. - М., 1983.

² Куряев, И. А. Стресс и стрессоустойчивость студентов / И. А. Куряев // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Экология и безопасность жизнедеятельности. – 2013. – № S5. – С. 64-67.

– эмоциональную составляющую (способность управлять своими эмоциями, рационализировать их, не позволять оказывать деструктивное влияние);

– волевую составляющую (способность к саморегуляции, контролю над своим состоянием (мыслями, эмоциями и поведением); способность к надситуативной активности (умению быть над уровнем требований ситуации, ставить цели, избыточные с точки зрения основной задачи, преодолевать внешние и внутренние ограничения деятельности)).

При организации психолого-педагогического сопровождения в образовательной среде важно учитывать следующие компоненты стрессоустойчивости обучающихся^{3,4,5}:

- конструктивные поведенческие стратегии совладания со стрессом;
- активная жизненная (субъектная) позиция;
- нервно-психическая устойчивость к стрессам;
- наличие социальной поддержки;
- наличие позитивной устойчивой Я-концепции;
- оптимизм как черта характера;
- профессиональное самоопределение.

Некоторые компоненты стрессоустойчивости являются навыками и умениями, которые основываются на психологических знаниях. Таким образом, стрессоустойчивость поддается развитию и обучению педагогическими, психологическими способами.

Со стрессоустойчивостью тесно связано понятие копинг-механизмов.

Копинг-механизмы проявляются в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфере человека в виде разнообразных копинг-стратегий:

- противостоящего совладания;

³ Малышев, И. В. Особенности стрессоустойчивости и адаптационных характеристик личности учащихся старших классов / И. В. Малышев // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – Т. 1. – № 1. – С. 34-38.

⁴ Оценка степени стрессоустойчивости студентов на основе современных психологических методик / Н. А. Дебердеева, М. В. Полевая, Т. В. Тарасова, Р. С. Тарасов // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 10. – С. 101-102.

⁵ Зеленова, М. Е. Индивидуальный стиль саморегуляции как внутренний ресурс стрессоустойчивости субъектов трудовой деятельности / М. Е. Зеленова // Социальная психология и общество. – 2013. – № 1. – С. 69-82.

- дистанцирования;
- самоконтроля;
- поиска социальной поддержки;
- принятия ответственности;
- планового решения проблемы;
- позитивной переоценки;
- избегания проблемы.

В ситуации стресса или иной трудной жизненной ситуации возможно использовать разные психологические приемы, помогающие справиться с ней. Один из таких механизмов – копинг или совладание (от англ. to cope – «справляться»). Копинг-стратегия более продуктивна как осознанная стратегия «диалога» с трудной жизненной ситуацией, в отличие от психологической защиты, которая «включается» неосознанно и часто лишь отдаляет человека от решения проблемы.

Соответственно, можно помочь детям научиться здоровым стратегиям копинга, тем самым укрепляя ресурсы стрессоустойчивости. В том числе, такие занятия можно запланировать в рамках проведения «Недели психологии».

«Неделя психологии» в общеобразовательной организации – система запланированных мероприятий, в рамках которой на протяжении нескольких дней реализуется деятельность по психологическому просвещению и психопрофилактике участников образовательных отношений, а также мероприятий, обеспечивающих формирование стрессоустойчивости у детей и подростков, способствующих благополучному психологическому настрою и позитивной мотивации обучающихся.

Цель проведения «Недели психологии»: сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся.

Задачи «Недели психологии»:

- содействовать психологическому просвещению, повышению психологической грамотности участников образовательных отношений, в том числе познакомить обучающихся, родителей (законных представителей), с основными закономерностями психического развития человека;

- создать условия для формирования интереса к психологической науке у участников образовательных отношений, сформировать потребность в психологических знаниях и умениях на разных возрастных уровнях, в том числе посредством популяризации новых исследований в области психологии;
- содействовать личностному росту, развитию психологических ресурсов личности участников образовательных отношений;
- формировать условия для оказания психологической поддержки обучающихся и помощи им в самораскрытии и саморазвитии;
- содействовать созданию благоприятного социально-психологического климата в образовательной среде, условий для эффективной социализации и социально-психологической адаптации обучающихся;
- создать условия, способствующие формированию ответственного отношения участников образовательных отношений к собственному психическому здоровью и психическому здоровью окружающих;
- формировать условия для популяризации деятельности по оказанию психолого-педагогической помощи и поддержки, а также повышения ее доступности в системе образования.

Значимая роль в создании позитивного настроения у обучающихся и педагогов при проведении «Недели психологии» отводится внесению изменений в оформление пространства в общеобразовательной организации, к числу которых можно отнести:

- использование плакатов с цитатами ученых, внесших вклад в развитие психологической науки, утверждениями позитивной направленности, краткими психологическими рекомендациями-афоризмами;
- внутренним разделением образовательного пространства на условные психологические зоны (с учетом имеющихся материально-технических и организационных ресурсов образовательной организации), например: «зона комфорта» «территория творчества», «вселенная благодарности», «мир знаний», – с соответствующим цветовым и смысловым оформлением.

Важные принципы планирования событий и мероприятий «Недели психологии»:

- охват всех участников образовательных отношений (обучающихся, родителей (законных представителей), учителей);
- смысловая целостность;
- сохранение учебного процесса в рамках расписания.

Мероприятия в рамках «Недели психологии» могут быть реализованы в следующие формы:

Для обучающихся:

- мастер-классы экспресс-методов психологической помощи;
- психологические тренинги;
- деловые игры;
- квесты;
- интеллектуальные игры психологической тематики;
- проведение турниров по психологическим настольным играм;
- мероприятия по экспресс-диагностике психологических состояний;
- акции и флэшмобы (в том числе в сети интернет) психологической тематики;
- волонтерские мероприятия.

Для педагогов-психологов, педагогов:

- лекции известных педагогов-психологов;
- мастер-классы педагогов-психологов;
- тренинги развития навыков и способностей, коммуникативные тренинги;
- круглые столы для педагогических работников с участием известных педагогов-психологов;
- презентации деятельности по психолого-педагогическому сопровождению в системе образования.

При наличии потребности и организационно-ресурсных возможностей образовательной организации можно привлечь родителей (законных представителей) к участию в мероприятиях «Недели психологии» с целью

популяризации знаний в области психологии. В работе с родителями (законными представителями) целесообразно использовать такие формы работы, как:

- родительские собрания;
- вебинары;
- публичные лекции;
- групповые консультации;
- совместные детско-родительские мероприятия;
- тренинги;
- мастер-классы.

Организаторы и участники «Неделя психологии»

Эффективности масштабного мероприятия – «Неделя психологии» будет способствовать привлечение к его организации и проведению не только педагогов-психологов, но и классных руководителей, учителей-предметников. Организованное внутрикорпоративное взаимодействие в реализации мероприятий «Недели психологии» создаст благоприятные условия для достижения поставленной цели, позволит сформировать единые подходы в воспитательной работе педагогических работников, усовершенствовать взаимодействие педагога-психолога общеобразовательной организации с другими педагогическими работниками.

При наличии организационно-ресурсной возможности целесообразно включить в совместную работу:

- специалистов служб по оказанию психологической помощи (например, центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи), что будет полезно не только в проведении просветительских, профилактических мероприятий в рамках «Недели психологии», но и обеспечит возможность своевременно оказать коррекционную, реабилитационную психологическую помощь нуждающимся в ней участникам образовательных отношений в случае выявленной необходимости;

- представителей психологических вузов (психологических факультетов вузов): преподавателей, которые познакомят участников образовательных

отношений с достижениями научного знания в области психологии; студентов старших курсов, что обеспечит возможность применения потенциала талантливых молодых людей, мотивированных на достижение высоких профессиональных результатов, обеспечивающая оперативную трансляцию актуальной профессиональной информации;

– сотрудников социально ориентированных некоммерческих организаций, деятельность которых направлена на оказание психологической помощи детям и взрослым. Партнерское привлечение указанных организаций к совместной деятельности обеспечит расширение поля социального взаимодействия, что в будущем позволит оперативно выявлять и реагировать на формирующиеся социальные запросы на психологическую помощь, в том числе в условиях образовательной среды;

– привлечение старшеклассников общеобразовательной организации к волонтерской деятельности по организации отдельных мероприятий «Недели психологии», что будет иметь особое педагогическое значение. Например, старшеклассников можно включать в работу по информированию обучающихся о предстоящих мероприятиях, распространяя, размещая объявления. Другим примером участия старшеклассников в организации мероприятий «Недели психологии» может заключаться в оказании посильной помощи педагогам в организации пространства проведения мероприятия: расстановка стульев, столов, раздача бумаги, карандашей и иное. Возможными эффектами данной специально организованной педагогической работы могут стать: повышение мотивации участия в мероприятиях «Недели психологии» у обучающихся общеобразовательной организации; увеличение значимости общешкольного мероприятия для участников образовательных отношений; развитие открытых и доверительных взаимоотношений в условиях образовательной среды и иное.

В результате организации вышеописанной модели взаимодействия будет обеспечена качественная, разносторонняя работа в рамках «Недели психологии» по развитию стрессоустойчивости обучающихся, оказанию им своевременной

психологической помощи, по формированию опыта кооперации участников образовательных отношений.

Вариативная форма проведения «Недели психологии»

Одним из самых популярных видов психологической работы с детьми и взрослыми является игра. Она позволяет настроить участников на работу в группе и структурировать действия в соответствии с правилами.

Игровые методы, используемые в тренинговой работе, способствуют повышению ее продуктивности. Игра используется для снятия скованности участников, преодоления «психологических защит», может выступать ненавязчивым диагностическим инструментом, способствовать закреплению поведенческих и коммуникационных навыков и умений, проявлению творческого потенциала. В игре система правил и условий сочетается с возможностью импровизировать в рамках этих правил, что позволяет участникам проявлять высокую вариативность поведения⁶.

Среди различных разновидностей игровых методов выделяется жанр большой психологической игры.

Большая психологическая игра – это «целостное, законченное действие, совершенно самостоятельное, имеющее свою внутреннюю систему целей и правил, достаточно продолжительное по времени»⁷. В отличие от других типов игр, большая психологическая игра выступает деятельностью, в процессе которой участники получают опыт, ценный не только в «игровой», но и в настоящей жизни. В качестве психологического метода игра позволяет полностью погрузиться в игровой мир и игровые отношения, осмыслить полученный таким образом опыт и использовать игру как инструмент самопознания. К психолого-педагогическим возможностям игры можно отнести активизацию ресурсов саморазвития, формирование и тренировку навыков саморегуляции, планирования

⁶ Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники : учебное пособие / И.В. Вачков. – Москва : Ось-89, 1999. – 176 с. – ISBN5-86894-274-4.

⁷ Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Т.В. Азарова, О.И. Барчук, Т.В. Беглова, М.Р. Битянова, Е.Г. Королева, О.М. Пяткова; под общей ред. М.Р. Битяновой. – Санкт-Петербург : Питер, 2012. – 304 с. – ISBN: 978-5-4237-0218-2.

и самоконтроля, осмысление и построение новых моделей поведения и отношения к себе и миру, развитие навыков кооперации, разрешения конфликтов путем сотрудничества, способности к эмпатии.

Большие психологические игры хорошо подходят для развивающей работы в рамках общеобразовательной организации, для разрешения конфликтных ситуаций между участниками образовательных отношений, могут использоваться в кризисных ситуациях.

Выделяются такие виды больших психологических игр, как игровые оболочки, игры-проживания, игры-драмы, деловые и проектные игры, а также психологические акции. В играх-оболочках игровой сюжет выступает фоном для решения развивающих и коррекционных задач, способствует развитию регуляторных и мотивационных психических процессов, коммуникативных навыков. Игры-проживания позволяют освоить игровое пространство и созданную жизненную ситуацию в рамках межличностных отношений, они предполагают развитие мотивационной и ценностно-смысловой сферы, расширение представлений о чувствах и переживаниях других людей.

Игра-драма направлена на совершение в рамках игровой ситуации ценностно-смыслового выбора и проживание его последствий, что способствует совершенствованию системы ценностно-смысловых ориентаций, развитию готовности к выбору, постановке и удержанию цели, формированию навыка планирования деятельности и рефлексии. Деловые игры позволяют осваивать системы инструментальных целей и задач, применимых для реальной деятельности, а также системы деловых отношений, соотносить свою деятельность с деятельностью других. В рамках психологической акции игровая среда накладывается на функционирование образовательной организации, подталкивая к расширению жизненного пространства личности, развитию креативной гибкости в условиях получения нового опыта.

В целях моделирования человеческих отношений в различных ситуациях также применяются ситуационно-ролевые игры. Особенность их в том, что в основу сюжета закладывается реальное событие, произошедшее с кем-либо из участников.

Организация такой игры требует четкой инструкции, определения ролей и продуманного сюжета. Ситуационно-ролевая игра дает возможность в безопасной среде погрузиться в обстоятельства моделируемой ситуации, сформировать навыки и адаптивные формы реагирования и поведения в схожих условиях в реальной жизни⁸.

Существуют различные разработанные сценарии больших психологических игр для проведения среди разных категорий обучающихся, но даже прописанная игра требует доработки под конкретную ситуацию и цель проведения игрового занятия. При использовании большой психологической игры в деятельности необходимо учитывать несколько этапов ее планирования: постановку психологических целей и задач игры, выбор наиболее подходящего вида игры, проработку сюжета и распределение этапов игры, наполнение этапов содержанием, выбор конкретных игровых приемов для каждого этапа. Сценарий может включать в себя разогревающие игры (на знакомство обучающихся между собой, включение в групповую работу), игры для получения обратной связи от других участников игры, упражнения на развитие коммуникативных навыков, знакомство с техниками релаксации и иное.

Таким образом, одним из вариативных способов организации и проведения «Недели психологии» может являться форма большой психологической игры, применение которой будет способствовать развитию навыков реагирования в заданных игрой обстоятельствах, а также развитие копинг-стратегий.

⁸ Вачков, И.В. Психология тренинговой работы / И.В. Вачков. – Москва : Эксмо, 2007. – 416 с. – ISBN: 5-699-19699-4.

Примерный перечень методических разработок для проведения мероприятий «Неделя психологии»

Представленные методические разработки могут быть использованы для проведения мероприятий «Недели психологии» и, при необходимости, доработаны и адаптированы с учетом потребностей целевой аудитории и актуальных запросов общеобразовательной организации.

При применении данных разработок, а также иных материалов, самостоятельно выбираемых педагогом-психологом или иным педагогическим работником, ответственным за реализацию отдельных мероприятий «Недели психологии», важно обратить внимание на необходимость их актуализации с учетом требований законодательства.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (1-4 КЛАССЫ)

Классный час «Психологическая помощь»

(автор-разработчик Шипилова А.С., психолог отдела экстренной психологической помощи Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации ФГБОУ ВО «Московский государственный педагогический университет»)

Цель: познакомить обучающихся с понятием психологической помощи, предоставить информацию о возможностях получения психологической помощи и поддержки.

Форма: классный час.

Процедура проведения

Классный руководитель: «Здравствуйте, ребята! Тема нашего классного часа – психологическая помощь. Мы с вами поговорим о том, что это за помощь, зачем она нужна, а также кто и где ее может получить.

Психологическая помощь – это когда кто-то помогает нам решить наши проблемы, или договориться с кем-то, или научиться справляться со своими эмоциями».

Упражнение «Знакомство с эмоциями».

«У каждого из нас есть эмоции – мы радуемся чему-то или сердимся. Предлагаю вам вспомнить, какие бывают эмоции и чувства и как мы можем их выражать. Я буду называть разные эмоции, а вы сразу изображайте их. Вставать с мест не нужно, используем только свое лицо и мимикой показываем, как выглядит каждое чувство. Готовы? Показываем (*дети показывают эмоции*): радость; удивление; злость; обида; страх; восторг (когда мы получили в подарок что-то, о чем давно мечтали); грусть; отвращение (если что-то ужасно невкусное нам предлагают съесть); удовольствие (а теперь наоборот, мы съели что-то ну очень вкусное); интерес (когда учитель рассказывает что-то очень интересное, или когда читаем книжку и ждем, что же будет дальше с героями)».

Классный руководитель: «Отлично! Молодцы! Эмоции и их выражение нужны нам для того, чтобы окружающие лучше понимали, что с нами происходит и могли нам помочь или поддержать. Помощь и поддержка бывают нужны нам, когда мы расстроены или грустим, когда что-то не получается или мы злимся так сильно, что невозможно эту злость держать в себе.

В жизни каждого из нас есть люди, к которым мы обращаемся, когда поссорились с другом, когда у нас что-то не получается или нужен совет или поддержка. Что это за люди? К кому вы можете обратиться за помощью?»

Возможные ответы детей: родители; братья и сестры; другие родственники (перечислить); друзья; иногда родители друзей; учителя; тренер.

Классный руководитель: «А к кому мы не будем обращаться?»

Возможные ответы детей: случайные прохожие; пожарные; полиция.

Классный руководитель: «Все верно, это люди, которые занимаются совершенно другим. А вот поддержать нас, кроме наших близких, еще может Психолог. Это такой человек, который оказывает психологическую помощь и поддержку. Если у нас что-то болит, например, заболело горло, то мы идем к врачу. А к психологу мы идем, когда, например, поссорились с родителями или друзьями; когда не знаем, как поступить в той или иной ситуации; когда нам очень грустно и нужна поддержка.

У нас в школе есть психолог/психологическая служба. И если вам нужна помощь психолога, вы можете просто зайти к нему на перемене. А если не хочется идти одному, можно пойти вдвоем или втроем. Психолог может поговорить с вами, поиграть или попросить что-то нарисовать. И обязательно поможет вам решить проблему, с которой вы столкнулись.

Кроме психолога в школе, мы можем позвонить по телефону доверия – там работают психологи, которым можно рассказать о своей проблеме, и они помогут и поддержат прямо по телефону. Сейчас я раздам вам памятки с номером телефона. Вы можете положить их в дневник или в портфель, чтобы номер всегда был под рукой. Звонок по этому номеру бесплатный, вы можете позвонить с любого телефона. (*Подготовить памятки с номером Детского телефона доверия 8-800-2000-122*).

К психологам за помощью обращаются и дети, и взрослые. Если вы видите, что вашему другу нужна помощь, то можно предложить ему обратиться к психологу или сходить вместе. Давайте на примере сказочных героев подумаем, нужно ли ему

обращаться к психологу/к кому еще он может обратиться за помощью (*подготовить картинки сказочных героев в трудных ситуациях*):

Винни-Пух застрял – стоит обратиться к психологу? (*Нет, ему стоит немного подождать или обратиться к спасателям, чтобы вытащили его*)

Ослик Иа, который грустит (*Иа все время грустит, и ему можно и нужно предложить сходить к психологу*)».

Классный руководитель: «Совершенно верно! Ребята, какие вы молодцы! Вы верно определяете, кому нужна помощь, и можете и сами за ней обратиться. Давайте вспомним, к кому мы можем обратиться, если нам грустно или нужна помощь в решении проблемы? (*к психологу, родителям, учителям, друзьям*).

А где можно найти психолога? (*в кабинете / по телефону*).

Отлично! Теперь вы знаете, куда обратиться. И перед тем, как закончить наш классный час, я попрошу вас всех дружно показать ту эмоцию, которую вызвал у вас наш урок. Показываем – вам было радостно, грустно, интересно, а может, вы заскучали? Молодцы!»

Как справиться со стрессом и сильными переживаниями

Акция «Шкатулка пожеланий»

(автор-разработчик Никифорова Е.А., ведущий аналитик Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации ФГБОУ ВО «Московский государственный педагогический университет»)

Цель: создание условий для развития личностно-доверительных отношений между участниками образовательных отношений.

Форма проведения: акция.

Процедура проведения

Реализация акции «Шкатулка пожеланий» осуществляется согласно следующим мероприятиям:

1. Информирование участников образовательных отношений об акции, этапах ее проведения с помощью доступных каналов информации.

2. Размещение в общедоступном месте образовательной организации изготовленной «Шкатулки пожеланий» с возможностью погружения в нее писем.

3. В течение одного дня обучающиеся, родители (законные представители), педагогические работники погружают в шкатулку пожелания, адресованные конкретному участнику образовательных отношений.

4. Организаторы акции из числа педагогических работников или волонтеров-старшеклассников на следующий день организуют работу по доставке позитивных пожеланий.

Тренинговое занятие «Властелин своих эмоций»⁹

Цель: создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; закрепление навыков понимания эмоционального состояния другого и умений выражать свое, содействие проявлению ранее не проявляемых чувств.

Форма проведения: тренинговое занятие.

Процедура проведения

Педагог-психолог: «В жизни человеку очень важно уметь понимать свое эмоциональное состояние, распознавать чувства других; это источник благополучного общения, толерантности, взаимности.

Эмоции – это выражение нашего отношения к происходящему вокруг или внутри нас. Важно научиться понимать и проявлять свои чувства, распознавать эмоции других людей и правильно на них отвечать».

Разминка

Педагог-психолог: «Давайте посмотрим, как вы сможете продемонстрировать свое настроение. Я буду называть движения, а вы изобразите настроение:

покапаем, как мелкий и частый дождик; а теперь как тяжелые, большие капли; полетаем, как воробей; а теперь – как чайка, как орел; походим, как старая бабушка; попрыгаем, как веселый клоун; пройдемся, как маленький ребенок, который учится ходить; осторожно подкрадемся, как кошка к птичке; пощупаем ногой кочки на болоте; задумчиво пройдемся, как рассеянный человек; улыбнемся соседу, что рядом с вами».

Упражнение «Тренируем эмоции»

Каждая команда вытягивает карточки с заданиями, один обучающийся из команды выполняет одно задание. Оценивается правильность показа и выразительность эмоций и чувств.

Примеры карточек

Улыбнись, как: кот на солнце; как будто ты увидел чудо	Улыбнись, как хитрая лиса; как радостный ребенок
Испугайся, как ребенок, потерявшийся в лесу	Испугайся, как котенок, на которого лает собака
Устань, как муравей, притащивший большую муху	Устань, как человек, поднявший тяжелый груз

⁹Медведская, С.Ф. Конкурс чувствоведов / С.Ф. Медведская – Текст: электронный // Школьный психолог. – 2006. – № 22. – URL:<https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200602209> (дата обращения: 28.03.2022).

Упражнение «На что похоже настроение?»

Педагог-психолог: «В этом упражнении вы продемонстрируете умение осознавать свое самочувствие. Обучающиеся из каждой команды при помощи сравнения говорят, на какое время года, погоду, природное явление похоже их настроение. Например: «Мое настроение похоже на белое, пушистое облачко в спокойном голубом небе». Это – радость. Оценивается образность сравнений, творчество».

Команды приступают к выполнению заданий, затем все слушают выступления команд.

Упражнение «Показываем эмоции»

Педагог-психолог: «Важно уметь показать эмоции и распознать их. Один обучающийся из команды вытягивает карточку с эмоцией, показывает ее мимикой и жестами, а другие члены команды угадывают. Оценивается показ и угадывание». Командам раздаются карточки.

<p>Грусть Злость Застенчивость Гордость</p>	<p>Усталость Безразличие Удивление Волнение</p>
---	---

Обучающиеся из каждой команды показывают изображенные на карточках эмоции.

Упражнение «Ролевая гимнастика»

Командам обучающихся необходимо продемонстрировать, как они могут выразительно проговорить стихотворение с разными интонациями, в разных ролях.

Задания на карточках: рассказать стихотворение А. Барто «Смотрит солнышко в окошко».

Смотрит солнышко в окошко,
Светит в нашу комнатку;
Мы захлопаем в ладошки,
Очень рады солнышку!

<p>Максимально быстро Как робот Со злостью С радостью</p>	<p>Со скоростью улитки Как иностранец С гордостью С радостью</p>
---	--

Заключительное упражнение

Педагог-психолог: «Я попрошу всех взяться за руки и представить, что мы одно животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох и шаг вперед, выдох и шаг назад. Очень хорошо. Послушаем, как бьется сердце этого животного. Положите руку на сердце. Тук – делаем шаг вперед, тук – шаг назад. И еще тук – шаг вперед, тук – шаг назад. Спасибо».

Рефлексия

Психологическая игра с элементами тренинга «Эффективные способы разрешения конфликтов»¹⁰

Цель: содействие в осознании обучающимися своего поведения в конфликте, формирование умения позитивно разрешать конфликты.

Форма проведения: классный час с сюжетно-ролевыми задачами, проблемными вопросами.

Процедура проведения

Упражнение для знакомства «Паутина»

Инструкция: обучающиеся сидят на стульях, образуя круг. Педагог-психолог, держа в руках клубок шерсти, находит конец, зажимает его в руке и бросает клубок обучающемуся и называет свое имя. Обучающийся говорит свое имя и имя того, кому бросает клубок. Когда нить оказывается в руках у каждого, получается паутина, связывающая обучающихся друг с другом. Потом клубок отправляется в обратный путь.

Упражнение «Что такое конфликт?»

Педагог-психолог: «Что вы понимаете под словом «конфликт».

Возможный вариант ответа: «Конфликт – это ситуация, в которой двое или несколько человек не могут добиться согласия между собой. Например, двое изъявляют два разных желания, ни одно из которых не может быть реализовано. Конфликт может привести к ссоре, однако это происходит не всегда».

Мозговой штурм «В какие конфликты мы попадаем?»

Педагог-психолог спрашивает у обучающихся, с кем у них бывают конфликты? Какие они могут привести примеры? Можно ли вступить в конфликт с самим собой?

Возможные ответы обучающихся: с родителями (из-за плохих оценок; по поводу распределения обязанностей по дому; из-за компьютера; из-за игрушек); с учителями (из-за того, что «жуем» на уроке; если мы что-то натворили; если мы не работаем на уроке или занимаемся посторонними делами); с сестрами или братьями (из-за компьютера; из-за игрушек); с друзьями/подружками (из-за ябедничества; если наши мнения не совпадают; из зависти или ревности).

Упражнение ««Живые» буквы»

Педагог-психолог делит обучающихся на 2-3 группы (в зависимости о численности обучающихся) и выдает каждой группе карточки с короткими словами, состоящими из букв, которые можно изобразить совместными усилиями. Обучающиеся внутри группы тренируются изображать буквы, а затем «пишут живыми буквами» свои слова для остальных команд.

Упражнение «Создание своей идеальной страны»

Педагог-психолог предлагает обучающимся в тех же группах придумать и изобразить идеальную страну («утопию») с помощью ватмана и карандашей.

¹⁰Валкер, Д. Тренинг разрешения конфликтов (для начальной школы). Как нам договориться? Практическое руководство по ненасильственному разрешению конфликтов / Пер. с нем. Р. С. Эйвадаса. – Санкт-Петербург: Светлячок; Речь, 2001 – 128 с.

Обучающимся нужно прежде договориться о том, как будет выглядеть их вымышленная страна, и затем изобразить ее на бумаге. Есть ли, например, в их стране школы? магазины? Работают ли люди? Где? Затем каждая команда представляет свою страну.

Вопросы для обсуждения:

- трудно ли было добиться единства мнений? Почему?
- всегда ли было необходимо прийти к единому мнению?
- все ли остались довольны результатом?

Упражнение «Горный дождь»

Педагог-психолог предлагает всем обучающимся встать и повторять за ним движения.

в горах поднялся ветер (ведущий потирает ладони);
 начинает капать дождь (хлопки ладонями по груди);
 начинается настоящий ливень (хлопки по бедрам)
 а вот и град, настоящая буря (топот ногами);
 капли падают на землю (щелчок пальцами);
 тихий шелест ветра (потирание ладоней);
 солнце (руки вверх).

Заключительное упражнение «Надувной шар»

Педагог-психолог и обучающиеся молча стоят в кругу и передают шар или мяч друг другу, показывая, как он легкий. Когда шар, побывав в руках у каждого, вдруг становится очень тяжелым, обучающиеся должны показать, как им тяжело и как им приходится напрягать мускулы и сгибаться под тяжестью шара. Так шар приобретает все новые качества: становится горячим, холодным, драгоценным или скользким.

Рефлексия

ОБУЧАЮЩИЕСЯ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (5-8 КЛАССЫ)

Классный час «Детский телефон доверия»¹¹

Классный руководитель: «Ребята, сегодня мы с вами поговорим о детском Телефоне доверия, о том, когда он впервые появился, для чего он нужен, кто работает на телефоне, а также немного поиграем.

Ребята, как вы понимаете слово «доверие»?»

Возможный вариант ответа детей: доверие – открытые, положительные взаимоотношения между людьми, содержащие уверенность в порядочности и доброжелательности другого человека, с которым доверяющий находится в тех

¹¹Гелетина О.В. «Классный час «Телефон доверия», 5 - 7 класс [Электронный ресурс] <https://infourok.ru/klassnyj-chas-telefon-doveriya-kuda-i-kak-obrashatsya-za-pomoshyu-5073008.html> Дата обращения: 28.03.2022 г.

или иных отношениях. Главным и первым признаком доверия, является наличие такого факта во взаимоотношениях как верность. Это готовность по взаимодействию и обмену конфиденциальной информацией, а также определенными особыми действиями.

Классный руководитель: Телефон доверия – это популярный и широко известный вид профессиональной психологической помощи. Помощь оказывается бесплатно, анонимно. Сначала появились взрослые телефоны доверия, а вслед за ними стали организовывать телефоны доверия для детей.

Вопросы для детей:

- всегда ли у вас бывает хорошее настроение?
- что делаете, когда у вас плохое настроение?
- кому вы рассказываете, что у вас плохое настроение?
- труднее переживать неприятности одному или с кем-нибудь поделиться?
- кто вам может помочь, если вы оказались в трудной ситуации?

Классный руководитель: Каждый человек может оказаться в такой ситуации, когда ему понадобится помощь. В этот момент важно быть услышанным! Телефон доверия – это служба, в которую можно анонимно, бесплатно и конфиденциально обратиться, чтобы обсудить отношения с друзьями и близкими, школьные и семейные отношения. При звонке на номер 8–800–2000–122 в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети и их родители (законные представители) могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб.

Классный руководитель: «Ребята, как вы думаете, кто работает в службе экстренной помощи?»

Возможные ответы детей: педагоги, психологи, социальные педагоги, специалисты по работе с молодежью, полицейские и иные.

Классный руководитель. Главная задача всех детских телефонов доверия в мире – работать на благо детей, нуждающихся во внимании и защите. Деятельность таких служб направлена на оказание поддержки детям, предоставление им возможности обсудить свои проблемы.

Классный руководитель: «Дети, как вы думаете, в каких случаях ребенок вашего возраста может обратиться в службу телефона доверия?»

Ответы обучающихся.

Классный руководитель: «На телефоне доверия вас обязательно поймут, успокоят и подскажут, как поступить в конкретной ситуации. Важно не бояться звонить на телефон доверия. Если вам стало известно, что кому-то очень плохо, дайте ему номер Телефона доверия или позвоните сами и вам посоветуют, что делать в данной ситуации».

Классный руководитель: «Как вы думаете, по каким вопросам можно обращаться на детский телефон доверия?»

Возможные ответы обучающихся:

- когда не знаешь, как поступить в той или иной ситуации;
- в школе проблема с учителем или обучающимися;
- произошел конфликт с кем-то из старших или друзей в школе или во дворе;

- когда не хочется больше никого видеть и ни с кем общаться;
- как избавиться от табачной, алкогольной, игровой или наркотической зависимости.

Классный руководитель: «Вспомните и назовите людей, к которым вы можете обратиться за поддержкой или помощью, используя карточки».

Обучающиеся выбирают карточки из предложенных, на которых изображены надписи: «родители», «друзья», «психолог», «социальный педагог», «родственники», «сам решаю проблемы», «служба детского телефона доверия». Выбранные карточки крепят на доску.

Упражнение «Принятие решения»

Классный руководитель: «На столе карточки с надписями, из которых вам необходимо выбрать положительные стороны обращения в детскую службу доверия».

Возможные варианты надписей на карточках: «анонимный звонок», «трудности в общении», «недоверие незнакомому человеку», «психологическая помощь, поддержка», «подскажут, к кому можно обратиться в трудной ситуации», «выслушает человек с опытом», «конфиденциальность», «незнание номеров человека», «слушают столько, сколько будешь говорить» и иное.

Игра «Эмпатия»

Классный руководитель: «*Эмпатия* – это способность человека сопереживать, умение понять состояние другого».

Инструкция: из всех детей выбирается самый «эмпатичный». Он выходит за дверь. Остальные ребята получают карточки, на которых написаны различные состояния человека. За минуту детям нужно вжиться в это состояние так, чтобы водящий мог угадать, что написано на карточке.

Возможные варианты надписей на карточках: «гнев», «радость», «задумчивость», «интерес», «испуг», «печаль», «страх», «удивление», «скука», «восхищение», «уныние», «подозрение».

Игра «Слоган»

Классный руководитель: «Придумайте слоган (рекламный лозунг, девиз, содержащий краткую и эффектную формулировку рекламной идеи) про детский телефон доверия».

Возможные варианты обучающихся:

- «Всегда есть выход! набери 8-800-2000-122»;
- «Вариантов всегда больше двух, как не крути»;
- «Тут вам всегда помогут»;
- «Ты не один».

Игра «Ассоциации»

Классный руководитель: «Какие у вас возникают ассоциации при фразе «детский телефон доверия?»»

Возможные варианты обучающихся: помощь, общение, доверие, откровенность, консультация, беседа, диалог, психолог и другое.

Игра «Прогноз»

Инструкция: дети делятся на две команды. Каждая команда получает по 4 листка бумаги с надписями: «дружба», «ссора», «грусть» и «счастье». На обратной стороне каждого листка игроки должны сделать небольшой рисунок, ассоциирующийся со словом на обороте. Члены другой команды, видя лишь слово, но не рисунки, должны предположить (сделать прогноз), что там может быть изображено.

Классный руководитель: «Наши друзья из службы детского телефона доверия подготовили полезные советы».

Полезные советы:

- телефон доверия – это настоящая палочка-выручалочка!
- позвонить можно совершенно бесплатно!
- на телефоне доверия тебе обязательно помогут и поймут!
- имя свое можно не называть!
- всегда здоровайся со своими одноклассниками!
- не дерись, любой вопрос можно решить мирным путем!

Классный руководитель: «Как вы поняли, что такое детский телефон доверия? (*ответы детей*). Кому вы можете рассказать об этом? (*ответы детей*). Знайте, что в службе детского телефона доверия вас всегда выслушают, помогут советом или добрым словом и дадут почувствовать уверенность в себе. В завершение нашего классного часа давайте все дружно назовем номер телефона доверия: 8 – 800 – 2000 – 122.

Дети хором называют номер детского телефона доверия.

Фотокросс «Чтобы я делал, если бы не было сети Интернет»

(разработчик Семенова К.Г., педагог-психолог отдела мониторинга и координации деятельности психологической службы в системе образования Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации ФГБОУ ВО «Московский государственный педагогический университет»)

Цель занятия: сформировать представления об альтернативных способах проведения досуга вне сети интернет.

Форма проведения: фотокросс.

Используемые термины:

Фотокросс – это творческие соревнования в условиях временных, тематических и инструментальных ограничений.

Кросс – это объект для съемки (вещь, чувство, ситуация, процесс, сюжет или какой-либо другой объект материальной или нематериальной природы).

Процедура проведения

Подготовительный этап

В ходе подготовительного этапа все участники делятся на команды, в каждой команде не менее 5 человек, количество команд не более 5. Организаторам необходимо убедиться в технической оснащенности участников (наличие устройств с функцией фотографирования).

На данном этапе озвучиваются правила участия в фотокроссе, ограничения по времени проведения.

Правила участия в фотокроссе

общее время прохождения всех этапов – не более часа;

команда не должна покидать территории образовательной организации;

каждую команду в ходе выполнения заданий фотокросса сопровождает педагогический работник;

фотографировать разрешается все, что, на взгляд участников, соответствует тематике кросса, задания;

в каждой команде должен быть выбран капитан из числа обучающихся, который будет отвечать за взаимодействие с организаторами фотокросса и координировать деятельность всей команды.

Основной этап

Обучающимся необходимо передвигаться по кабинетам (в маршрутных листах каждой команды указана информация о месте старта). Команды необходимо направлять таким образом, чтобы они находились на разных локациях, в разное время. В каждом кабинете, ответственный за организацию, выдает капитану задание:

Задание локации № 1

Предполагаемая локация организована в спортзале или кабинете со спортивным инвентарем.

Тема фотографии: «Наши Олимпийские игры!»

Текст задания: «Сделайте интересные групповые фотографии на спортивную тематику. На фотографии должен быть запечатлен момент занятия спортом. Оригинальность и нестандартный подход приветствуется».

Задание локации № 2

Тема фотографии: «Весна – время ловить улыбки!»

Текст задания: «Сделайте фотографию так, чтобы на ней не было людей, но была весна и повод для улыбки».

Задание локации № 3

Тема фотографии: «Я – ты – мы!»

Текст задания: «При помощи фотографии надо показать друзей, или запечатлеть момент, который воплощает дружбу».

Задание локации № 4

Предполагаемая локация в библиотеке или в кабинете литературы.

Тема фотографии: «Селфи с книгой»

Текст задания: «Сделайте креативное фото с интересной книгой, а может вам удастся изобразить героев или передать основную мысль произведения?»

Задание локации № 5

Тема фотографии: «Вне сети»

Текст задания: «Сделайте самую креативную фотографию, где вы отобразите мир без интернета».

На финише участники должны сдать свои работы (фотографии) в электронном виде. Вместе с кадрами участники сдают маршрутные листы с подписанными наименованиями файлов с фотографиями по каждому заданию.

Подведение итогов

Подведение итогов фотокросса проводит жюри из числа педагогических работников, принявших участие в организации и проведении мероприятия. При подведении итогов учитывается скорость выполнения, мастерство и оригинальность.

Критерии оценок фотографий:

- соответствие снимка теме задания;
- оригинальность идеи;
- качество выполненных заданий.

Общая оценка за Фотокросс выставляется команде путем сложения оценок за все конкурсные снимки. Жюри вправе исключить из зачета кадры, грубо нарушающие правила или общепринятые этические нормы. При равном количестве баллов лучшее место присуждается участнику, пришедшему на финиш раньше.

После того, как победители будут объявлены и награждены, обучающимся предлагается завершить фотокросс флешмобом «Сделай свой выбор в пользу разнообразной и насыщенной жизни!» (Групповое фото с шарами и иным реквизитом).

ОБУЧАЮЩИЕСЯ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО И СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (9-11 КЛАССЫ)

Фотокросс «Чтобы я делал, если бы не было сети интернет»

Данное мероприятие рекомендовано для нескольких возрастных групп и категорий участников образовательного процесса и представлено в разработке для обучающихся по образовательным программам основного общего образования (5-8 классы).

Информационно-тренинговое занятие «Перспектива»

(автор-разработчик Банников Г.С., к.м.н, с.н.с. отделения суицидологии Отдела
клинико-патогенетических исследований в психиатрии МНИИП – филиала
«НМИЦ ПН им. В.П. Сербского Минздрава России»)

Цели: развитие позитивной Я-концепции у подростков; формирование активной позиции подростка, интереса к себе и своим ресурсам; формирование ощущения ценности собственной личности, осознание своих возможностей в построении временной перспективы жизни.

Форма проведения: информационно-тренинговое занятие

Процедура проведения

Вводная часть.

Знакомство. Обозначение темы занятия.

Информационная часть

Спросите участников тренинга, что они понимают под словом «перспектива». Если они не знают значения слова, предложите два выражения и попросите объяснить, в каком значении употреблено слово «перспектива»:

«Картина отличалась хорошей перспективой: глядя на картину, можно было почувствовать устремленность художника вдаль». «Этот спортсмен имеет хорошие перспективы в будущем чемпионате».

Перспектива – это все те стремления, желания и цели, которые продвигают человека по жизни. Наша жизненная перспектива состоит из множества промежуточных целей, причем основное отличие цели от мечтаний – это понимание того, каким путем мы можем добиться их достижения. Перспектива может быть сильной и делать самого человека сильным, и слабой – не располагать человека к достижениям. Как и в картинах, у человека перспектива может быть короткой (на 2–3 месяца, а то и недели) и продленной – вперед на несколько лет.

Одним из самых сильных источников мотивации становится образ своего будущего или перспектива своей жизни. Ради ближайшего, близкого и даже отдаленного будущего человек может совершать невероятные вещи – отказываться от чего-то в данный момент, выполнять мало приятную работу, предпринимать значительные волевые усилия и иное. Образ желаемого будущего дает человеку силы двигаться вперед даже тогда, когда силы на исходе. Но представление о своей будущей жизни становится сильным мотивом не всегда и не для всех. Исследования психологов показали, что существует несколько признаков «слабой» перспективы:

– представления о будущем чересчур оторваны от реальности – вместо желаний и намерений есть мечты;

– в образе будущего нет явных приоритетов жизни, то есть самых значимых для человека событий;

– желания по преимуществу связаны с приобретением вещей, досугом, но не профессиональным ростом, самореализацией, выстраиванием своих семейных отношений, стремлением понять происходящее;

– недостаток связи между ближайшим, близким и отдаленным будущим;

– нет связи между планами на ближайшие месяцы и 2–3 года, например, человек все время отдает предпочтения своим сиюминутным желаниям (сейчас купить модные джинсы, сейчас сходить в кино, сейчас получить хорошую отметку) или, наоборот, отдаленным (потом купить квартиру, потом создать семью, потом получить второе высшее образование);

– разные аспекты и события будущего мало связаны между собой: обычно в планах человека так много событий, что непонятно, когда он все собирается успеть;

– желаемые события по преимуществу связываются с везением, какими-то внешними и не зависящими от человека явлениями: человек не очень хорошо представляет, что от него потребуется для реализации желаний (например, выиграть в лотерею, встретить человека, который поймет и поможет, получить наследство). «Слабая» перспектива – отличительная черта многих людей, которые ведут асоциальный образ жизни; тех, которые считают себя неудачниками; тех, кто с трудом добивается результатов, лишь отдаленно похожих на поставленные когда-то цели.

Жизненная перспектива – это то, что человек строит сам, с учетом своих желаний, потребностей и с опорой на свои ресурсы.

Тренинговая часть

Упражнение «Волшебное зеркало»

Цель – актуализация жизненных целей.

Содержание: Ведущий (педагог-психолог) предлагает участникам представить, что они на минутку могут заглянуть в свое будущее с помощью «волшебного зеркала», в котором они смогут увидеть себя в какой-либо социальной роли. «Зеркало» передают по кругу, и каждый говорит вслух, что он там «увидел».

По окончании упражнения обучающиеся делятся впечатлениями, насколько трудно было представить себя взрослыми в какой-либо социальной роли.

Упражнение «Мои цели»

Цель – развитие умения ставить цели и анализировать условия необходимые для их достижения.

Содержание: обучающимся предлагается в течение 2-х минут написать на листочках цели, которые необходимы для достижения той социальной роли, которую они увидели в «волшебном зеркале» (в предыдущем упражнении). Есть важное условие: цель должна быть сформулирована в позитивных терминах, конкретна и достижение ее зависит в большей степени от вас.

После выполнения задания обучающимся предлагается выбрать 3 наиболее главные цели и написать возможные способы их достижения.

По окончании упражнения педагог-психолог спрашивает обучающихся, сложно ли было выполнять упражнение, предлагает проанализировать наиболее общие способы достижения поставленных целей.

Упражнение «События моей жизни»

Инструкция участникам:

1. Представьте себе всю свою жизнь: и прошлое, и настоящее, и возможное, ожидаемое будущее. Попробуйте найти пять-семь самых важных событий своей жизни. Это могут быть любые перемены:

- в природе и обществе;
- в ваших мыслях и чувствах;
- в семейной;
- учебной;
- деловой;
- личной жизни.

2. Обязательно учитывайте не только прошлые события, но и те, которые могут произойти в будущем.

Итак, выпишите на отдельном листе бумаги:

- событие А;
- событие Б;
- событие В;
- событие Г;
- событие Д.

3. Теперь по каждому событию попробуйте ответить на некоторые вопросы, относящиеся к этим событиям (на вопросы, которые, по вашему мнению, не имеют ответа, можете не отвечать):

Кто больше других помогал (помогает или поможет) нам в этом?

Кто больше других мешал (мешает или помешает)?

Кого вы этим сильнее всего порадовали (радуете или порадуете)?

Кого вы этим сильнее всего огорчили (огорчаете или огорчите)?

4. Подсчитайте, как часто в своих ответах вы упоминали имя того или иного человека? Это могут быть:

- родственники;
- друзья;
- соседи;
- коллеги по учебе и работе;
- герои художественных произведений;
- исторические личности;
- представители предшествующих и последующих поколений.

Упражнение «Преграды и каналы»

Инструкция участникам: Нам нужен доброволец, который готов прямо сейчас сформулировать вариант своей какой-либо цели, включенной в перспективу. Цель может быть вымышленной, но приближенной к реальной жизни.

Например:

- поступление в конкретный вуз;
- окончание конкретного учебного заведения и получение специальности;
- трудоустройство на конкретное место работы;
- конкретное профессиональное достижение, включая построение карьеры и получение наград, премий и прочего.

Доброволец садится напротив остальной части группы.

Задание для всех. Сейчас каждый должен будет определить (или придумать) для него некоторые трудности на пути к достижению цели. Обратите внимание на то, что трудности могут быть как внешними, исходящими от других людей или от каких-то обстоятельств, так и внутренними, заключенными в самом человеке. Выделяя такие трудности, каждый обязательно должен подумать и о том, как преодолеть их.

После этого по очереди каждый будет называть по одной трудности-препятствию, а наш главный герой должен будет сказать, как (каким способом) можно было бы эту трудность преодолеть. Участник, назвавший данную трудность, также должен будет сказать, как можно было бы ее преодолеть. А я, как ведущий, буду записывать все называемые здесь трудности.

В ходе данного упражнения могут возникать интересные дискуссии, у участников часто появляется желание поделиться своим жизненным опытом и иное. Педагогу-психологу следует поощрить такой обмен опытом, но одновременно необходимо следить и за тем, чтобы игра проходила динамично и не «увязала» в несущественных деталях.

Если отдельные участники затрудняются обнаружить препятствие на пути к цели у «героя», то следует просто предложить им подумать еще и двигаться дальше по кругу.

Можно устроить несколько повторных раундов, если в процессе упражнения будут появляться еще желающие «испытать себя». При этом обязательным условием ставится изменение цели, которая будет анализироваться группой.

Обсуждение результатов. После выяснения (и записи) списка возможных трудностей на пути к конкретной профессиональной цели, можно предложить обучающимся выявить самое большое и опасное препятствие из списка и сделать акцент на возможных путях ее преодоления.

Подведение итогов: Прделанная нами сегодня работа в первую очередь направлена на то, чтобы привлечь ваше внимание к проблеме планирования своей жизни, как можно теснее связать настоящее с будущим. Большинство успешных людей говорят о том, что они имеют свою «путеводную звезду», то есть устремления, которые ведут их по жизни. Но эти устремления формируются самим человеком и зависят от умения строить свою перспективу, быть честным с самим собой, но и не бояться желать того, что пока недоступно. В подростковом и юношеском возрасте вы приобретаете первый опыт решения этой задачи. Ответственность и самостоятельность превращают виденье будущего в перспективы – реальные ресурсы и способности человека.

Каталог электронных ресурсов

1. Сайт Федерального государственного бюджетного учреждения «Центр защиты прав и интересов детей»: Обеспечение психологической безопасности в детско-подростковой среде. Методические рекомендации для психологов общеобразовательных организаций [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.Е., Калинина Н.В., Салахова Е.Б. 2-е изд. – М.: Группа МДВ, 2021. – 52 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/3.Metodicheskie-rekomendatsii-po-obespecheniyu-psihologicheskoy-bezopasnosti-obrazovatelnoj-sredy-dlya-psihologov-OO.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

2. Сайт Федерального государственного бюджетного учреждения «Центр защиты прав и интересов детей»: Обеспечение психологической безопасности в детско-подростковой среде. Методические рекомендации для педагогов общеобразовательных организаций [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.Е., Калинина Н.В., Салахова Е.Б., 2-е изд. – М.: Группа МДВ, 2021. – 44 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/Metodicheskie-rekomendatsii-dlya-pedagogov.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

3. Сайт Федерального государственного бюджетного учреждения «Центр защиты прав и интересов детей»: Обеспечение психологической безопасности образовательной среды. Методические рекомендации для руководителей общеобразовательных организаций [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Габер И.В., Зарецкий В.В., Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В. 2-е изд. – М.: Группа МДВ, 2021. – 60 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/Metodicheskie-rekomendatsii-dlya-rukovoditelej.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

4. Сайт Федерального государственного бюджетного учреждения «Центр защиты прав и интересов детей»: Твоя психологическая безопасность. Памятка для подростков [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Е.Г. Артамонова, В.Б. Салахова, 2-е изд. – Москва: Группа МДВ, 2021. – 40 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/6.-Tvoya-psihologicheskaya-bezopasnost-pamyatk-dlya-detej.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

5. Сайт Государственного бюджетного учреждения Воронежской области «Центр психолого-педагогической поддержки и развития детей»: Романцева И.И. Программа «Профилактика интернет-зависимого поведения у подростков посредством формирования навыков межличностного конструктивного общения» [Электронный ресурс] / И.И. Романцева. – ГБУ Воронежской области «Центр психолого-педагогической поддержки и развития детей»: официальный сайт. – 2017. – 193 с. – URL:<https://clck.ru/ecRs8>(дата обращения: 28 марта 2022 г.).

6. Сайт Видеохостинг Rutube: Вебинар «Как договариваться с ребенком?» [Электронный ресурс]. – URL: <https://rutube.ru/video/12f3e1257b8e8f40997c8b1d16721247/> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

7. Сайт Видеохостинг Rutube: Мастер-класс «Давай договоримся! Развиваем навыки конструктивного диалога» [Электронный ресурс] / М.В. Быкова – URL: <https://rutube.ru/video/36691d8a44c94b627bc88fc9550cdac/> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

Литература

8. Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов (для начальной школы): Как нам договориться?: практическое руководство по ненасильственному разрешению конфликтов / Д. Валкер; науч. ред. В.А. Светлов, пер. с нем. Р.С. Эйвадиса. – Санкт-Петербург: Светлячок: Речь, 2001. – 128 с.

9. Варданын Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М., 1983.

10. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие / И.В. Вачков – Москва: Ось-89, 1999. – 176 с. – ISBN5-86894-274-4

11. Вачков И.В. Психология тренинговой работы / И.В. Вачков. – Москва: Эксмо, 2007. – 416 с. – ISBN: 5-699-19699-4

12. Вебинар «Как договариваться с ребенком?» [Электронный ресурс]. – URL: <https://rutube.ru/video/12f3e1257b8e8f40997c8b1d16721247/> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

13. Зеленова М. Е. Индивидуальный стиль саморегуляции как внутренний ресурс стрессоустойчивости субъектов трудовой деятельности / М. Е. Зеленова // Социальная психология и общество. – 2013. – № 1. – С. 69-82
14. Коновалов А.Ю. Школьная служба примирения и восстановительная культура взаимоотношений: практическое руководство / под общей редакцией Л.М. Карнозовой. – 2-е изд., доработанное. – Москва: МОО Центр «Судебно-правовая реформа», 2014. – 306 с.
15. Куряев И. А. Стресс и стрессоустойчивость студентов / И. А. Куряев // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Экология и безопасность жизнедеятельности. – 2013. – № S5. – С. 64-67.
16. Малышев И. В. Особенности стрессоустойчивости и адаптационных характеристик личности учащихся старших классов / И. В. Малышев // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – Т. 1. – № 1. – С. 34-38
17. Мастер-класс «Давай договоримся! Развиваем навыки конструктивного диалога» [Электронный ресурс] / М.В. Быкова – URL: <https://rutube.ru/video/36691d8a44c94b627bc88fc9550cdacd/> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)
18. Обеспечение психологической безопасности в детско-подростковой среде. Методические рекомендации для психологов общеобразовательных организаций [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.Е., Калинина Н.В., Салахова Е.Б. 2-е изд. – М.: Группа МДВ, 2021. – 52 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/3.Metodicheskie-rekomendatsii-po-obespecheniyu-psihologicheskoy-bezopasnosti-obrazovatelnoj-sredy-dlya-psihologov-OO.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)
19. Обеспечение психологической безопасности в детско-подростковой среде. Методические рекомендации для педагогов общеобразовательных организаций [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.Е., Калинина Н.В., Салахова Е.Б., 2-е изд. – М.: Группа МДВ, 2021. – 44 с. – URL:

<https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/Methodicheskie-rekomendatsii-dlya-pedagogov.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

20. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды. Методические рекомендации для руководителей общеобразовательных организаций [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Габер И.В., Зарецкий В.В., Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В. 2-е изд. – М.: Группа МДВ, 2021. – 60 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/Methodicheskie-rekomendatsii-dlya-rukovoditelej.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

21. Оценка степени стрессоустойчивости студентов на основе современных психологических методик / Н. А. Дебердеева, М. В. Полевая, Т. В. Тарасова, Р. С. Тарасов // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 10. – С. 101-102.

22. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Т.В. Азарова, О.И. Барчук, Т.В. Беглова, М.Р. Битянова, Е.Г. Королева, О.М. Пяткова; под общей ред. М.Р. Битяновой. – Санкт-Петербург: Питер, 2012. – 304 с. – ISBN: 978-5-4237-0218-2

23. Твоя психологическая безопасность. Памятка для подростков [Электронный ресурс] / Авт.-сост.: Е.Г. Артамонова, В.Б. Салахова, 2-е изд. – Москва: Группа МДВ, 2021. – 40 с. – URL: <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/6.-Tvoya-psihologicheskaya-bezopasnost-pamyatk-dlya-detej.pdf> (дата обращения: 5 апреля 2022 г.)

Методические рекомендации по проведению мероприятий «Недели психологии» в образовательных организациях Калужской области

В содержании рекомендаций представлена информация об основных этапах проектирования мероприятий «Недели психологии» (далее - Недели) в образовательных организациях, даны приложения с методическими разработками развивающих занятий, класных часов, акций, памяток для педагогов и родителей, родительских собраний с элементами тренинга, представлены информационные ресурсы, способствующие методическому обеспечению основных мероприятий, рекомендуемых к проведению в рамках данной Недели.

Рекомендации адресованы директорам, заместителям директора по воспитательной работе, методистам, руководителям и специалистам психолого-педагогических служб.

Методические рекомендации подготовили:

Н.В. Евсеева - методист отдела психологического сопровождения развития детей и подростков, профессиональной ориентации ГАОУ ДПО «КГИРО»;

Н. А. Соловьева –кандидат психологических наук, психолог отдела психологического сопровождения развития детей и подростков, профессиональной ориентации ГАОУ ДПО «КГИРО».

Введение

Увеличение объема информации, развитие массовой культуры, рост темпов жизни, объема человеческих контактов, кризисные явления в обществе, природе, в семье - эти и многие другие факторы не способствуют гармонизации психического и психологического здоровья участников образовательного процесса. Все участники образовательных отношений, в первую очередь, дети, педагоги, родители, нуждаются в гармонизации психического состояния и оптимизации социально-психологического климата.

Проведение «Недели психологии» (далее - Недели) стимулирует интерес к психологическим знаниям и работе психолога у детей, педагогов, родителей, способствует повышению уровня доверия между участниками образовательного процесса, созданию благоприятного психологического климата в детских и взрослых коллективах.

Практика показывает, что эффективность проведения Недели во многом зависит от того, насколько поддерживает администрация деятельность психолого-педагогической службы.

Профессиональное взаимодействие, взаимодополняемость, взаимная осведомленность в вопросах педагогики и психологии необходимы на всех стадиях подготовки и проведения Недели. Современная педагогическая теория и практика уделяют большое внимание воспитанию межличностных отношений, развитию способности ребенка и педагога управлять своими чувствами, переживаниями. Это является значимым, так как развитие личности, способной к сочувствию, сопереживанию, восприятию эмоциональных проявлений других обеспечивает успешную ее адаптацию в современном социокультурном пространстве, служит основой построения конструктивных отношений в системе «педагог-ребенок-родитель».

На Неделе планируется различный формат мероприятий, предполагающий создание условий для формирования организаторских способностей, лидерских качеств. Таким образом, подобные мероприятия позволяют в сжатые сроки объединить в целостное действо всех субъектов системы «ребенок— педагог - родитель—психолог», познакомить детей, родителей и педагогов с деятельностью психологической службы в образовательной организации, создать положительное отношение к ее деятельности, сплотить весь коллектив образовательной организации.

Раздел 1. Рекомендации по проектированию «Недели психологии» в образовательной организации

Работу над проектированием недели психологии следует начать со сбора информации по заявленной тематике Недели.

Каждый год тематика Недели психологии обсуждается с администрацией и педагогическим коллективом образовательной организации. На основании возникающих запросов формулируются варианты тем. Их можно разместить в социальных сетях или на сайте образовательного учреждения и организовать опрос детей и/или родителей. На основании большинства голосов утверждается тематика Недели психологии текущего года.

После утверждения выбранной тематики Недели психологии может быть проведена диагностика участников мероприятий Недели по соответствующей тематике, чтобы проанализировать их актуальный уровень психического состояния.

Далее формулируются цели и задачи проведения Недели в образовательном учреждении.

Определяются основные направления работы в рамках недели, при этом следует учитывать принципы построения Недели:

- целостность и законченность, то есть психологически должны быть очерчены начало и конец, основная идея и девиз дня;
- преемственность, то есть каждый день является продолжением предыдущего. Каждый день несет, в том числе, и определенную информацию для размышления;
- мероприятия, запланированные на неделю, охватывают наибольшее количество детей и педагогов.

Составляется план работы, предполагаемые сроки, смета расходов, конкретные ответственные, издается приказ по образовательной организации (табл.1.)

Таблица 1.

Проектирование «Недели психологии» в образовательной организации

Дата	Мероприятие	Участники	Ответственный	Ресурсы /что потребуется

Затем следует подготовить необходимое оборудование, атрибуты, раздаточный материал для каждого мероприятия, информационный сменный стенд в фойе.

Накануне Недели развешиваются рекламные листовки с программой данного мероприятия. Эта же информация транслируется в образовательной организации или публикуется на сайте / в социальных сетях;

Для создания праздничной атмосферы в образовательной организации могут использоваться воздушные шары, картинки-мотиваторы, высказывания, которые можно прикрепить на стены или двери кабинетов.

Раздел 2. Рекомендации по проведению «Недели психологии» в образовательной организации

Неделя психологии - это совокупность мероприятий психологического содержания, подчиненных одной теме, одной идее, которая для включенного в нее участника разворачивается как некое целостное завершенное действие.

Задачи «Недели психологии»:

- закрепление и обогащение опыта совершения социально-значимых поступков;
- формирование у детей интереса к физической культуре, спорту, здоровому образу жизни;
- вовлечение детей, в том числе "группы риска", в позитивную общественную, социально-полезную и творческую деятельность;
- формирование качеств личности, помогающих противостоять вовлечению обучающихся в деструктивные группы через сеть Интернет;
- оказание консультативной помощи родителям педагогам.

Проведение Недели может проходить в смешанном формате для наибольшего охвата всех участников. Возможно проведение 1-3 общих мероприятий по теме недели и отдельных мероприятий по образовательной организации. Мероприятия пройдет результативно, если соблюдать основные требования:

1. Актуальность тематики.
2. Адекватность содержания (соответствие теме).
3. Ориентация на соответствующую аудиторию (темы, содержание, манеры подачи).
4. Доказательность позиции (подтверждение цифрами, фактами, примерами).
5. Лаконичность, ясность, доступность, четкость.
6. Тщательность подготовки.

Существует множество форм проведения мероприятий. Под формой необходимо понимать определенные способы организации людей и совокупность разных средств и методов влияния, т.е. способы отбора и изложение материала, который составляет основу содержания, идейно-тематический замысел мероприятия. Формы делятся на индивидуальные, групповые и массовые, а также комплексные и простые (не комплексные).

Простые формы работы - такие, в которых содержание раскрывается преимущественно с помощью одного средства и одного метода. Например: выступления, доклад, беседы, лекции, встречи, диспуты. Комплексные формы характеризуются сложностью структуры, разнообразием применения средств и методов. К ним относятся: концертные программы, тематические вечера, устные журналы, конкурсы и т.п. К массовым формам культурно-просветительской работы относятся: фестивали, спортивные праздники, квесты и т.п.

Рекомендуемые формы проведения Недели:

- Занятия с элементами тренинга;
- Деловые и проектные игры;
- Психологические акции и тренинги;
- Анкетирование, тестирование, социологические опросы;
- Выпуск психологических газет, плакатов, памяток, буклетов;
- Классные часы, педагогические советы.
- Психологические квесты.

Важным условием оттачивания профессионального мастерства является анализ (или самоанализ), который желательно проводить после каждого проведенного мероприятия. Его цель: способствовать повышению эффективности воспитательного мероприятия и воспитательного процесса в целом.

Анализ мероприятия (с подробными пояснениями) предлагается проводить последующей схеме:

1. Тема, название.
2. Цель
3. Место проведения.
4. Участники (количество, состав и т.д.).
5. Кто проводит.
6. Форма (викторина, конкурс, игровая программа, посиделки и т.д.).
7. Методы

8. Качество подготовки и проведения: наличие плана, тезисов, сценария. Использование информационного материала, пособий. Использование активных и игровых форм, оригинальность заданий. Творческие идеи, находки. Владение материалом, методикой проведения мероприятия. Эмоциональная атмосфера. Соответствие содержания мероприятия выбранной форме, а также возрасту участников и зрителей.

9. Оформление

10. Оборудование, технические средства

11. Взаимосвязь цели, задач, содержания, формы, методов, приемов и результата.

12. Итоги. Достигнут ли результат (цель).

13. Самоанализ. Выявление результативности проведенного мероприятия (выявить удачные и неудачные моменты). Цель – способствовать эффективности последующих мероприятий. Самоанализ можно сделать по схеме анализа мероприятия, но в очень сокращенной форме.

В Неделе психологии могут быть задействованы все виды психологической работы: просвещение, (коррекционно-развивающая), профилактическая и методическая работа.

Особенности проведения «Недели психологии» в дошкольном образовательном учреждении.

Цель: улучшение психологического микроклимата в дошкольном учреждении.

Задачи:

Повышение психологической компетентности педагогов и родителей.

Активизация творческого потенциала детей и взрослых, формирование чувства успешности.

Повышение уровня доверия между всеми участниками образовательного процесса.

Сохранение и укрепление психологического здоровья педагогов, воспитанников ДООУ, повышение интереса родителей и педагогов к психологии, создание благоприятного психологического микроклимата в ДООУ.

Заранее проводятся рекламная и подготовительная работа с детьми, педагогами, родителями. За день до проведения «Недели психологии» при входе в ДООУ размещается настенная газета с информацией о плане мероприятий. Готовится раздаточный материал, информационные листы, памятки, бюллетени.

Каждому дню соответствует свое название и своя тема. Возможным итогом «Недели» может быть выпуск газеты.

Категория участников: дети, педагоги, родители, администрация.

К общим мероприятиям можно отнести следующие:

- Акция «Радуга настроения».
- Эстафета приветствия «Доброе утро! Я желаю Вам добра!».
- Беседа с детьми «Я мечтаю....
- «Дерево пожеланий».

В группах следует проводить тематические мероприятия, учитывающие психовозрастные особенности детей, например:

- средняя группа - Беседа с детьми «Моя любимая мама»;
- старшая группа - Занятие «Поговорим о доброте»;
- тренинг для детей подготовительной группы «Пойми меня».

Предусмотреть мероприятия для педагогов (тренинг для педагогов «На тропе сотрудничества»), родителей (проведение родительского собрания по тематике «Язык любви», консультаций).

Реализация плана мероприятий Недели позволит повысить психолого-педагогическую компетентность педагогов, их уровень знаний о психоэмоциональном развитии ребёнка у родителей, зарядит положительными эмоциями участников мероприятий.

Особенности проведения «Недели психологии» в общеобразовательном учреждении:

Категория участников: учащиеся 1-11 классов, педагоги и родители.

Методическое обеспечение: план и разработки занятий, диагностический материал, наглядный материал, набор специально подобранных психогимнастических и ролевых игр и др.

Все мероприятия (акции, тренинги, психологические игры) соответствуют тематике Недели психологии. Неделя психологии в соответствии с учебной неделей может продолжаться от 5 до 10 дней. Все мероприятия не должны отвлекать детей от учебного процесса, а напротив, способствовать формированию благополучного психологического настроя и позитивной мотивации.

В школах к участию могут быть привлечены классные руководители (творческие педагоги), если необходимо, активные родители, дежурный класс по школе. Распределяются обязанности и закрепляются за классами и отдельными мероприятиями. Желательно, чтобы ребята-волонтеры имели отличительные атрибуты. Это могут быть значки, бейджики, майки, кепки, яркие напульсники, галстуки или что-то еще.

К общешкольным мероприятиям очного формата можно отнести следующие общешкольные мероприятия: «Гирлянда добрых дел»; «Лавка добрых качеств»; «Дерево благодарности»; «Обнимашки»; «Комплимент»; «Подари улыбку».

К мероприятиям по классным параллелям в очном формате можно отнести занятия по развитию коммуникативных и личностных универсальных учебных действий в рамках внеурочной деятельности, в том числе:

- «Нравится - не нравится каждый день»;
- «Доброе дело».

К мероприятиям в отдельных классах в очных форматах можно отнести интерактивные классные часы по темам

- «Агрессия и как ей противостоять»;
- «Секреты общения».

Для родителей можно предложить оформить информацию на стенд по нескольким востребованным темам

- «Какие мы, родители?»;
- «Как сохранить родительский авторитет?»;
- «Общение детей и родителей в лицах»;
- Памятка для родителей: «Взаимодействие с гиперактивным ребенком».

Для педагогов могут быть организованы тренинги по основам ненасильственного общения, стрессоустойчивости, конструктивному разрешению конфликтов, развитию эмоционального интеллекта.

В завершении «Недели психологии» необходимо организовать торжественную линейку, на которой подводятся итоги «Недели психологии», награждаются победители конкурсов, отмечаются активисты.

Положительным достижением недели можно считать, что обучающиеся, участвуя в мероприятиях недели, получают непосредственный опыт в построении позитивных межличностных отношений.

Особенности проведения Недели психологии в учреждениях среднего профессионального образования.

Цель: содействовать психологическому просвещению участников образовательного процесса.

Задачи:

- формирование и развитие учебной мотивации;
- создание условий для личностного роста участников образовательного процесса;

-повышение уровня доверия между всеми участниками образовательного процесса.

Рекомендуемые формы проведения:

- проведение тренингов;
- работа с плакатами;
- создание статей, брошюр и презентаций;
- проведение классных часов, квестов, психологических игр.

К общим мероприятиям очного формата можно отнести следующие мероприятия: «Гирлянда добрых дел»; «Дерево благодарности»; «Обнимашки»; «Комплимент»; «Подари улыбку».

Часто в подобных акциях вывешивают так называемое «Дерево благодарности», где студенты и педагоги, могут написать то, что им хочется. Передать привет, признаться в чувствах к кому-то, нарисовать смайлик или ещё что-нибудь.

Можно провести общий классный час по параллелям «Психология – удивительная наука». Познакомить студентов с наукой психологией, с историей ее возникновения, с методами работы. В этот день можно организовать пресс-конференцию с психологом. Участники образовательного процесса могут объединиться в группы, приготовить заранее ряд вопросов и обсудить их с педагогом-психологом и социальным педагогом.

К мероприятиям в учебных группах можно отнести тренинги на сплочение коллектива или на самопознание. На информационной линейке (встрече) старосты групп получают от педагога-психолога задание в конверте (это могут быть темы для коллажей, стенгазет, листовок, мини-эссе). К середине недели можно провести релаксационные минутки, психологические занятия в группах. Если организаторы заранее познакомят учителей и мастеров п/о с методикой проведения релаксационных минуток, они пройдут во всех группах, например, на третьем уроке.

Также можно сделать этот день консультационным, то есть заблаговременно прорекламировать его цель. Предполагается, что родители смогут в этот день побеседовать с педагогом-психологом по любым вопросам.

Для педагогов могут быть организованы тренинги по основам ненасильственного общения, стрессоустойчивости, конструктивному разрешению конфликтов, развитию эмоционального интеллекта.

В завершающие дни недели целесообразно организовать выставку студенческого творчества. Точнее – демонстрация выполнения заданий, которые старосты получили на информационной линейке в начале Недели. Выставка коллажей, газет или мини-сочинений. Специально организованное жюри оценивает работы и распределяет места.

Неделя может завершиться акциями в фойе, рекреациях. Для тех, кто не успел принять участие ранее, проводятся экспресс-тесты, лотереи пожеланий и т.д. Также для тех, кто активно интересуется психологией можно провести «Психологический Брейн-ринг». В завершении «Недели психологии» необходимо организовать торжественную линейку, на которой подводятся итоги «Недели психологии», награждаются победители конкурсов, отмечаются активисты.

Раздел 3. Методические разработки занятий в рамках «Недели психологии» для различных видов образовательных организаций

Таблица 2 .

Типовой сценарий проведения Недели в ДОУ

День	Тематика	Перечень мероприятий (общие /групповые)	Участники
Понедельник	День доброты	Акция «Радуга настроения» / «Радужные игры» Релаксация «Необычная радуга» Диагностическое занятие «Волшебная страна чувств» «Солнце настроения» Тренинг «Пойми меня!» для детей старшего дошкольного возраста	Дети, родители, воспитатели
Вторник	День семьи	Эстафета приветствия «Доброе утро! Я желаю Вам добра!» Беседы в группах « О моей семье», «Моя	Дети, родители, воспитатели

		<p>любимая мама» / Родительское собрание «Язык любви», Консультация «Молодая семья: как избежать конфликта». Акция для родителей «Цветное настроение» / Тренинг для педагогов и родителей «На тропе сотрудничества»</p>	
Среда	День понимания	<p>Эстафета приветствия «Доброе утро! Я желаю Вам добра! / Тренинг «Пойми меня!» для детей старшего дошкольного возраста, Акция «Забор», Акция «Сердце группы» / Релаксационный тренинг для педагогов «Бархатное поглаживание»</p>	Дети, родители, воспитатели
Четверг	День дружбы	<p>Акция «Радуга настроения»/ Мульттренинг «Дружба» для детей старшего дошкольного возраста, Акция «Подарок другу»/ Газета бесплатных объявлений «ИЩУ ДРУГА» (для педагогов)</p>	Дети, родители, воспитатели
Пятница	День мечтаний и пожеланий	<p>Эстафета приветствия «Доброе утро! Я желаю</p>	Дети, родители, воспитатели,

		<p>Вам добра! / Занятие с детьми подготовительной к школе группы «Волшебная сказка о мечте», Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем свою мечту», Создание «Волшебной сказки мечты» Работа в малых группах. Акция «Кирпичная стена». Подведение итогов Недели.</p>	администрация
--	--	--	---------------

Возможный перечень распределения тем Недели по дням:

Понедельник – «День доброты»

Вторник – «День семьи»

Среда – «День понимания»

Четверг – «День дружбы»

Пятница – «День мечтаний и пожеланий».

Примерные сценарии проведения мероприятий в течение Недели.

Акция «Радуга настроения»

Цель: актуализация эмоционального состояния участников образовательного процесса.

Цель:

- Проследить динамику изменения настроения в течение недели;
- подготовить материалы для улучшения самочувствия, активности и настроения;
- получить обратную связь о ходе акции.

Накануне сделана афиша, информирующая детей и взрослых о предстоящей акции. Акция проходила в старшей и подготовительной к школе группе.

Ход акции

В приемной групп нарисован плакат, изображающий радугу – «Радугу настроения».

Каждое утро в течение всей недели детей встречает воспитатель, ознакомленный с сутью акции, и предлагает детям жетончики с их именами. Затем им нужно заглянуть в себя и оценить, с каким настроением они пришли в детский сад, а потом соотнести его с определенным цветом «Радуги настроения», и прикрепить жетончик на определенную полосу.

Когда дети уходят, они делают тоже самое.

Таким образом, можно проследить за изменением настроения в течение дня, а затем и всей недели.

Анализ цветовых решений:

Красный – восторженное.

Оранжевый – радостное.

Желтый – приятное.

Зеленый – спокойное, уравновешенное.

Голубой – грустное.

Фиолетовый – тревожное.

Черный – крайне неудовлетворительное.

Белый – трудно сказать.

«Радужные игры»

Релаксация «Необычная радуга»

Педагог-психолог включает спокойную расслабляющую музыку и говорит:

«Лягте удобно, расслабьтесь, дышите ровно и глубоко. Закройте глаза.

Представьте, что перед вашими глазами необычная радуга.

Первый цвет – голубой. Голубой может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Голубой приятно ласкает глаз в жару, он освежает тебя, как купание в озере. Ощутите эту свежесть.

Следующий – желтый цвет. Желтый приносит нам радость, он согревает нас, как солнышко, он напоминает нам нежного пушистого цыпленка, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение.

Зеленый – цвет мягкой лужайки, листьев и теплого лета. Если нам не по себе, и мы чувствуем себя не уверенно, зеленый цвет поможет почувствовать себя лучше.

Откройте глаза. Что вы чувствовали и ощущали, когда представляли себе, что смотрите на голубой, желтый и зеленый цвет? Возьмите с собой эти ощущения на весь день».

Диагностическое занятие «Волшебная страна чувств»

Задачи:

- Исследование психоэмоционального состояния;
- Сплочение группы;
- Накопление положительного эмоционального опыта.

Материалы: бланки методики «Карта чувств», по восемь цветных карандашей по количеству участников.

Ход

1. Ритуал приветствия.

«Частичка тепла»

Дети по кругу передают соседу «частичку тепла» - легкое поглаживание.

2. Диагностика психоэмоционального состояния.

Перед каждым ребенком раскладывается 8 цветных карандашей (красный, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики «Карта чувств».

Приложение 1.

Инструкция 1

«Далеко-далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое чувство живет в домике определенного цвета. Кто-то живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом... Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои

домики. Но вот беда — всю краску унес ветер. У вас есть цветные карандаши. Пожалуйста, помогите жителям и раскрасьте домики».

Таким образом, детям предлагается поработать с первой колонкой, где изображены домики.

Инструкция 2

«Спасибо вам от лица всех жителей. Вы восстановили страну. Настоящие волшебники! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помогите каждому жителю найти свой домик. Давайте вспомним, каким цветом у нас обозначено каждое чувство».

В результате мы узнаём, с каким цветом ассоциируется у ребенка определенное чувство.

Инструкция 3

«Спасибо! Ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотри - вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только вы, как ребята, восстановившие страну, можете раскрасить карту. Для этого возьмите, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли вам восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту».

Если, рассматривая карту страны, ребенок скажет, что это - человек, можно объяснить ему, что на карте очертание разных стран может быть похоже на что угодно. Например, очертание Италии похоже на сапог (при этом хорошо иметь под рукой атлас и подкрепить свои слова рассматриванием карт).

Когда карта будет раскрашена, ведущий благодарит ребят и говорит, что в следующий раз они начнут ближе знакомиться с этой страной, и узнают много интересных историй.

3. Ритуал прощания

«Солнце настроения»

Тем ребятам, у которых настроение похоже на солнышко, предлагается «подарить» его всем остальным: пошевелить пальцами — «лучиками» раскрытых ладоней и улыбнуться.

Тренинг «Пойми меня!» для детей старшего дошкольного возраста

Цель: Личностное развитие ребенка.

Задачи:

- Формировать позитивное отношение к своему «Я»;
- Развивать чувство принадлежности к группе, толерантное поведение;
- Развивать умение открыто проявлять свои эмоции и чувства, высказывать их.

Условия проведения: участвуют все дети одной группы; есть возможность стоять, сидеть в кругу, свободно рисовать.

Материалы: изоматериалы (бумага, краски, карандаши, фломастеры); ножницы, клей, кисти, разные крупные бусины по количеству детей, шнурок для бусин, шляпа, стул, красивая накидка на стул; аудиозапись красивой спокойной мелодии.

Ход

Ведущий. (Дети стоят в кругу.) Здравствуйте, ребята! Посмотрите друг на друга. Какие мы? Чем мы похожи, чем отличаемся? (Ответы детей.) Да, мы все разные! У нас разные имена, и нам нравятся разные игрушки. Назовите, пожалуйста, каждый свое имя и любимую игрушку по кругу. (Ответы детей.) Хорошо. А ведь есть и то, чем мы похожи.

- Поднимите руки те, кто любит конфеты.

- А теперь встаньте те, кто любит мультфильмы.

- Возьмитесь за руки те, кто умеет читать.

- Подойдите к столу те, кто любит рисовать.

Здорово! Я предлагаю порисовать. Обведите свою ладошку, как я, и раскрасьте ее вашими любимыми цветами. Вот все необходимые материалы, выберите то, что вам нужно, и начинайте работать, не спешите, вы все успеете сделать. (Дети рисуют, фоном звучит красивая, спокойная мелодия. Когда работа будет закончена, раскладываем все на столе для того, чтобы краска подсохла. Рассматриваем ладошки друг друга. Отмечаем, что они разноцветные, так как у каждого свои любимые цвета).

Ребята, посмотрите, что у меня в руках! Это волшебный мешочек, а там бусинки, которые подскажут нам, какие мы необычные. Каждый возьмет одну бусинку и положит ее себе на ладошку. Посмотрите, какая она красивая! А теперь каждый по кругу расскажите, чем вы хороши! Кто уже придумал, нанижите бусинку на шнурок. (Дети, по очереди, говорят о себе что-то хорошее и нанизывают бусины на шнурок. Когда все выскажутся, шнурок завязать и рассмотреть бусы, отметить их красоту, необычность, напомнить детям их хорошие высказывания о себе.)

Молодцы! Вы умеете говорить себе комплименты! А теперь давайте попробуем похвалить друг друга! (Достает шляпу.) На ком окажется шляпа, тот говорит комплимент соседу справа, а потом соседу слева. (Шляпа передается по кругу, а ведущий прислушивается, все ли дети получили комплимент, или были высказаны и негативные суждения.)

Трудно было говорить комплименты другим? Что легче, говорить о себе или о других? (Обсуждение вопроса.)

Ведущий ставит в середине круга стул.

Ребята, это не просто стул. (Накрывает красивой тканью.) Это трон. Мне очень хочется, чтобы на троне сегодня оказался Петя. (Ребенок, о котором говорили плохо.) А мы все вместе подумаем, чем хорош Петя. (Если возникают трудности, то можно сказать, что каждый человек в жизни совершает некрасивые поступки, даже взрослые могут ошибаться. Главное, чтобы человек понял свою ошибку и смог исправить ее. Как правило, после этого дети легче находят хорошие слова для сидящего на троне.)

Спасибо! Я очень рада, что все вместе мы нашли добрые слова о Пете. Молодцы! Думаю, что он тоже вас хочет поблагодарить.

Теперь давайте вернемся к нашим ладошкам. Возьмите ножницы и аккуратно вырежьте свою ладошку. Не спешите. Кто справился с работой, подойдите к доске. (Здесь подготовлен большой лист бумаги с окружностью посередине, вокруг которой дети приклеивают свои ладошки.)

Посмотрите, что получилось? (Солнышко, цветочек...) А ведь это наши ладошки. В таком виде они будут согревать вашу группу, напоминать вам, какие вы все разные, а еще вы дружные, у вас доброе сердце. По отдельности вы все лучики, лепестки, а вместе — теплое доброе солнышко, которое дарит всем свое тепло. Спасибо вам за работу! Встаньте, пожалуйста, в круг, возьмитесь за руки, почувствуйте тепло ваших ладошек-лучиков. Думаю, что теперь вы чаще будете замечать друг в друге хорошее, заботиться друг о друге, помогать, как помогли сегодня Пете. До свидания!

Акция «Забор»

Цель: установление обратной связи.

Ход: В приемных групп вывешивается ватман, оформленный как забор. Родителям предлагается продолжить фразу «Я желаю педагогам детского сада...» и написать ее на заборе.

Акция «Сердце группы»

Цель: осознание причастности к группе, формирование позитивного образа группы.

Ход: в течение дня ребятам предлагается сделать «сердце группы»: из ватмана вырезывается большое сердце, которое украшается маленькими сердечками, вырезанными из цветной бумаги каждым ребенком. Затем можно устроить конкурс сердец между группами и определить, чье сердце самое «горячее».

Мультитренинг «Дружба» для детей старшего дошкольного возраста.

Цель: личностное развитие ребенка.

Задачи:

- Развивать навыки общения, дружеские отношения между детьми, позитивное социальное поведение;
- Поддерживать у детей интерес друг к другу, желание приносить своими поступками радость окружающим, сотрудничать;
- Формировать благоприятный психологический климат группы.

Условия проведения: обеспечить возможность сидеть и стоять в кругу, смотреть мультфильм, рисовать.

Материалы: бумага, краски, фломастеры, карандаши; телевизор и видеопроигрыватель; видеозапись мультфильма «Он попался!» (режиссер В. Котеночкин, «Союзмультфильм», 1981).

Ведущий. Здравствуйте, ребята! Садитесь. Я хочу спеть вам песенку, подпевайте мне:

От улыбки хмурый день светлей,
От улыбки в небе радуга проснется...
С голубого ручейка начинается река,
Ну а дружба начинается с улыбки!

Давайте мы тоже улыбнемся друг другу. Передайте свою улыбку друзьям!

Скажите, а что такое дружба? Кого называют другом? Есть ли у вас друзья? Какими качествами обладает друг, какой он? (Обсуждение вопросов, обобщение.)

Как вы думаете, легко ли найти себе друзей? Придумайте способы, как можно познакомиться, подружиться с человеком, который тебе нравится. (Проиграть каждый предложенный вариант).

А что может помешать дружбе? (Обсудить варианты ответов детей).

Да, ребята, друзей найти непросто, а уж если они есть, то нужно дорожить ими. Ведь друг из любой беды выручит, всегда поможет. И веселиться вместе интереснее. Дружбу нужно беречь! Я думаю, вам интересно будет посмотреть мультфильм о дружбе лесных жителей. Рассаживайтесь поудобнее, и наш киносеанс начинается... Мультфильм называется «Он попался!» (Просмотр мультфильма длится примерно 10 минут.)

Беседа по мультфильму. Вопросы:

- Легко ли было смотреть мультфильм?
- О чем он?
- Вспомните персонажей, какие они по характеру?
- Какие поступки они совершают?
- Хотелось ли вам иметь таких друзей?
- Чем закончился мультфильм?

Да, медведь устроил чаепитие для всех друзей зайчика и подружился с ними сам. Наверное, в лесу теперь никто никогда никого не обижает, все живут дружно, помогают друг другу.

Ребята, вы сказали, что у всех вас есть друзья. Я предлагаю сделать подарок своему другу - нарисовать дружбу. (Дети самостоятельно выбирают изоматериалы, после окончания рисования работы оставляем для просушивания.)

Ведущий приглашает детей в круг.

В начале нашей встречи мы передали улыбки друг другу. Они очень много значат, когда хочешь подружиться. А теперь я предлагаю вам обняться — положите руки на пояс соседу. Посмотрите, какое у нас получилось крепкое дружеское объятие. Ведь мы с вами друзья и в нашей группе живет дружба!

2. Акция «Подарок другу»

Цель: диагностика взаимоотношений внутри группы.

Ход: Детям в течение дня предлагалась самостоятельно изготовить подарок другу: рисунок, поделку – и подарить его кому-то из группы. Подарков может быть несколько. Важно следить, чтобы все дети получили подарок. В конце дня определяется статус ребенка к группе по количеству полученных подарков.

Занятие с детьми подготовительной к школе группы «Волшебная сказка о мечте»

Цель: развитие у учащихся коммуникативных навыков.

Задачи: развитие творческих способностей; отработка навыков совместной бесконфликтной работы в малых группах; развитие навыков активного слушания.

Оборудование: магнитная (или рабочая) доска, магнитофон, МРЗ-диски с музыкой для релаксации (например, «Relax Classic», «Звуки природы», «Чайная коллекция»), бумага (рабочий фон), простые карандаши, кисточки, краски.

ХОД

Дети сидят за партами, которые расположены в центре группы.

Ведущий. Здравствуйте, ребята! Очень рада вновь увидеть вас. Такие веселые, нарядные. Наверное, у вас уже сказочное настроение, а раз так, то пусть и наша сегодняшняя встреча будет посвящена сказке. Волшебной сказке. А чтобы получилась сказка, как вы думаете, кто обязательно нужен? (Сказочник.) Посмотрите на рабочие фоны, которые разложены на ваших столах. Наверняка каждый из вас уже присмотрел что-то из предложенного. Но мы с вами пока не будем их брать в руки, а настроимся на работу с помощью нашей «Волшебной гимнастики мозга».

«Волшебная гимнастика мозга»

Это комплекс упражнений из программы «Школа без стресса», проект Центра развития русского языка (авторы Светлана Смирнова, Ольга Гутман, Татьяна Исакова, Галина Горина под руководством О.И. Троицкой. Информация на сайте: <http://www.ruscenter.ru/1650.html>).

1. Пьем воду - обязательное условие перед началом занятий.

2. Активируем «Кнопки мозга» — выполняется стоя или сидя.

- Ноги стоят удобно, параллельно друг другу. Если вы стоите, то колени расслаблены. Одна рука кладется на пупок. Пальцы другой руки прикасаются к двум точкам, расположенным под ключицами между первым и вторым ребром, таким образом, что большой палец оказывается на одной точке, а средний — на другой.

- Далее слегка массируем эти точки пальцами. Рука на пупке просто спокойно лежит.

- Меняем руки и повторяем упражнение.

Выполнение упражнения «Кнопки мозга» способствует обогащению мозга кислородом, за счет этого улучшается восприятие информации. Как мы говорим детям при выполнении этого задания, «мозг просыпается».

3. «Перекрестные шаги» — выполняются сидя или стоя.

- Локтем левой руки нужно тянуться к поднимающемуся навстречу колену правой ноги.

- Потом локтем правой руки тянуться к поднимающемуся навстречу колену левой ноги.

Перекрестные шаги активизируют работу обоих полушарий головного мозга. Упражнение помогает настроиться на любую деятельность, способствует более быстрому включению в ситуацию, усвоению информации. Также помогает развитию способности быстрого чтения, активного понимающего слушания.

4. «Крюки Деннисона» — выполняется сидя или стоя.

- Ноги перекрещиваем (ножка ножку обнимает).
- Вытягиваем руки вперед, складываем пальцы рук в замок и прижимаем к груди (пальцы не отпускаем).
- Рот закрыт, язычок упирается в нёбо (чтобы не проболтался про мечту!).
- Закрытые глаза «смотрят вверх» (на мечту, которая, как всегда, витает в облаках!). Важно! Только закрытые глаза «смотрят вверх», голова при этом вверх не поднимается!

«Крюки Деннисона» способствуют снижению уровня напряжения, стресса, тревожности. Это упражнение помогает объединить потребности головы и тела (например, когда ребенок точно знает: надо делать уроки или что-то очень срочное и важное, а его неудержимо тянет бегать, прыгать, куда-то лезть и т.д.). Помогает сосредоточиться.

Ведущий. А теперь, мои дорогие сказочники, не торопитесь, подумайте: тот фон, который вы выбрали до гимнастики, действительно подходит для вас или вы хотите его поменять?

Теперь, когда вы сделали свой выбор мысленно, можете взять тот рабочий фон, который действительно вам подходит.

Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем свою мечту»

Ведущий. А сейчас, когда все готово, давайте попробуем поселить наши сокровенные мечты в новой, сказочной вселенной. Для этого возьмите краски, кисточки и постарайтесь нарисовать свои мечты. Рисуйте так, как вы можете. Сейчас нам важно, чтобы каждый выразил на бумаге то, что он хочет. Работаем, пока звучит музыка (время работы зависит от возраста детей и колеблется от 5 до 10 минут). За минуту до окончания работы я предупрежу вас. Начинаем!

Когда будете готовы, положите свои рисунки в центр стола.

Далее проводится презентация рисунков, где каждый автор рассказывает о своем произведении.

Ведущий. Посмотрите, какая у нас с вами получилась замечательная, волшебная вселенная! Давайте возьмемся за руки и пройдем по кругу, полюбуемся нашими творениями. (Дети, взявшись за руки, медленно идут вокруг парт, за которыми работали.

Сделав круг, подходят к своим местам и садятся.) Наши мечты такие разные, такие неповторимые, и, как оказалось, у каждой есть свой характер.

Создание «Волшебной сказки мечты»

Работа в малых группах

Ведущий. Давайте поделимся на четыре группы и попробуем сочинить сказку. Сказку, в которой постараемся познакомить друг с другом наши замечательные мечты и подружить их. Может быть, кто-то из них захочет вместе провести каникулы, а кто-то — отправиться в веселое путешествие...

На это задание у вас есть 10 минут. (Дети работают под фоновую музыку.) За минуту до окончания времени я предупрежу вас. Пожалуйста, начинайте.

По окончании работы дети представляют свои творения.

Примечание. На нашем занятии участники одной из групп рассказывали сказку по очереди - каждый озвучивал свою часть. При выполнении задания важно не подсказывать детям сюжет.

Подведение итогов

По мере того как выступают группы, детям задаются уточняющие вопросы.

Ведущий. Скажите, пожалуйста, что интересного для вас было сегодня на уроке? Как вы думаете, чему мы с вами сегодня научились? Что вам понравилось? А что показалось трудным?

А как вы думаете, может ли у нашего сегодняшнего урока быть продолжение? А каким оно могло бы быть?

Психолог выслушивает мнения детей и при подведении итога урока предлагает продолжить работу с созданными сказками на следующем уроке.

Упражнение «Накопительные аплодисменты»

Ведущий. Ребята, спасибо вам за работу! Мне было с вами очень интересно. Вместе мы хорошо поработали. Я думаю, что нам есть за что поблагодарить друг друга. И давайте сделаем это так: я подхожу к тебе, ... (обращается по имени к ребенку), и дарю аплодисменты. Это для тебя. К кому пойдём дальше, выбирай. Так по очереди подходим ко всем участникам. А в самом конце - мы благодарим всех участников за то, что они были с нами! Все вместе хлопаем в ладоши.

Прощание

Ведущий. А теперь пришло время сказать друг другу спасибо и поблагодарить себя (упражнения: «Умница», «Молодец»). Дорогие мои сказочники, я с удовольствием провела с вами время, а сейчас до свидания! Всего хорошего!

Релаксационный тренинг для педагогов «Бархатное поглаживание»

Задачи:

- Формировать умение управлять вниманием, концентрировать его на желаемом, «суживать» его круг;
- Обучить релаксационному навыку посредством техники саморегуляции.

Релаксационные приемы: «бархатное поглаживание», медитация, визуализация образов через изотерапию и логотерапию.

Ожидаемые результаты: хорошее настроение, создаваемое эмоциональным состоянием: на фоне расслабления при помощи мысленно обращенных к себе слов формировать состояние психического покоя или психической мобилизации; использование данного метода в повседневной деятельности педагога.

Продолжительность тренинга: 60 минут.

Оборудование и материалы: удобные стулья и кусочки качественного плотного бархата приятных цветов или игрушки приятной фактуры по количеству участников, ароматические масла (грейпфрут, мандарин, роза); магнитофон с приятной и спокойной музыкой; для каждого участника цветные карандаши (красный, желтый, зеленый, синий, коричневый, черный) и 1/2 листа формата А4, разделенные с одной стороны на две части вертикальной линией.

Газета бесплатных объявлений «ИЩУ ДРУГА» (для педагогов)

Задачи:

- Рефлексия собственных качеств;
- Развитие взаимопонимания;
- Создание благоприятной атмосферы при взаимодействии педагогов.

Материалы:

- листы бумаги для объявлений, в нижней части каждого листа отрывные листочки с «номером телефона» автора объявления (см. приложение к игре);
- количество отрывных номеров на каждом листе должно быть равно количеству участников;
- количество листов для объявлений должно превышать число участников;
- лист ватмана для оформления газеты;
- фломастеры, ручки, клей.

Ход занятия.

В методическом кабинете выставляется стенд, который будет символизировать доску объявлений.

Ведущий. Любой человек мечтает о том, чтобы иметь настоящего друга. Кому-то из вас уже повезло, и у него есть такой друг, а у кого-то множество знакомых и приятелей, но такого человека, которого можно было бы назвать настоящим другом, нет. А кто-то, в силу своей застенчивости или замкнутости, чувствует себя одиноким, и у него тоже нет друзей.

Мы попробуем помочь друг другу, ведь так может случиться, что ваш друг — рядом с вами, а вы этого не замечаете!

Сегодня у нас открывается газета бесплатных объявлений, она называется «Ищу друга». Каждый из вас может поместить в нашу газету свое объявление о поиске друга. Принимается любая форма объявления: вы можете изложить весь список требований к кандидату в друзья, можете рассказать о себе, можете нарисовать портрет друга, который вам так нужен. Помните только, что объявлений в газете будет много, и вам нужно сделать так, чтобы именно ваше привлекло внимание. Подписывать объявление не нужно, на каждом листе имеется свой номер объявления, постарайтесь его запомнить.

Сейчас возьмите листы бумаги для объявлений, фломастеры, ручки и творите!

Педагоги заполняют свои объявления в течение первой половины дня. Для подведения итогов в обеденный перерыв встречаются в методическом кабинете.

Если кто-то из участников хочет написать несколько объявлений, ему предоставляется такая возможность при условии, что объявления будут отличаться по манере письма и содержанию.

Спустя отведенное время ведущий собирает объявления и быстро, вместе с помощниками, приклеивает на ватман. Газету помещают на стену. Участники молча читают объявления. Каждый имеет право оторвать полоску с номером объявления, которое привлекло его внимание, если он готов связаться с его автором. Количество выбранных каждым участником объявлений можно ограничить временем.

Время этапа - 8 минут.

Обсуждение - 20 минут.

Ведущий. Сейчас наступает самый важный момент в нашей игре. Мы пока не знаем, какое объявление кому принадлежит, мы не отвлекаемся на личности, сохраним пока эту тайну.

Теперь я попрошу каждого из вас высказаться, почему он откликнулся именно на эти объявления? Что его привлекло в них? Какие качества он ценит в друге?

Желающие высказываются по кругу, на высказывание дается не больше 1 минуты.

Ведущий. Давайте посмотрим, на все ли объявления откликнулись?

- Как вы думаете, почему на некоторые объявления откликнулись мало, что мешало?

- Какое объявление набрало больше всего откликов? Почему?

Комментарии ведущего после обсуждения

Скорее всего, наименьшее количество выборов получили объявления, в которых подробно перечислены требования, предъявляемые к будущему другу, ведь нелегко соответствовать высокому запросу, не каждый обладает такими замечательными качествами, как «преданность», «готовность прийти на помощь, бросив все», «умение хранить тайны» или «владение карате». И наверно, главная причина: в таких объявлениях ищут друга, который должен что-то давать, и ничего не предлагают взамен. Такое потребительское отношение к другу, от которого требуется только служить, вряд ли встретит понимание и сочувствие. Посмотрите, гораздо больший интерес вызвали объявления, в которых человек рассказывает о себе и предлагает в общий котел дружбы то, чем он сам обладает, то есть он готов к дружеским взаимоотношениям, предполагающим желание не только брать, но и давать.

В конце обсуждения ведущий предлагает снять завесу тайны и открыть друг другу, кто автор того или иного послания.

Каждый из участников встречи встает около своего объявления и открывается, кто с кем хотел бы дружить. Ведущий предлагает сесть в общий круг и обсудить, как можно поддерживать общение друг с другом. Ведущий подводит общий итог игры «Ищу друга».

После игры нужно организовать ситуацию для свободного общения детей, это может быть чаепитие, динамическая игра или какое либо другое игровое действие.

Приложение

Заготовки для объявления

1. На каждом объявлении заранее пишется номер (в углу листочка и на разрезных полосках внизу).

2. Номера на объявлениях разные (лучше трехзначные, однако старайтесь избегать комбинации из трех шестерок, чтобы не вызывать у детей дополнительно негативные ассоциации).

3. Заготовки для объявления должны быть размером с тетрадный лист.

4. Количество объявлений должно превышать количество детей (на случай, если будет желание написать второе объявление или исправить неудачный вариант).

Акция для родителей «Цветное настроение»

Цель: улучшение настроения.

Ход

В приемных групповых комнат вывешивается картинка с изображением цыганки, предлагающей погадать. Рядом стоят три коробочки разного цвета, в которых лежат карточки – пожелания.

Предсказания делятся на три группы.

- Положительные: тебя ждет подарок, удача на твоей стороне, приятный сюрприз, долгожданный разговор и др.;
- Мотивирующие: не стоит откладывать на завтра то, что можно сделать сегодня; без труда не выловишь и рыбку из пруда; откинь сомнения — действуй и др.;
- Загадочные: она обязательно поможет тебе, он помнит о тебе, тайный поклонник проявит себя и др.

Тренинг для педагогов и родителей «На тропе сотрудничества»

Цель: оптимизация взаимоотношений между педагогами и родителями.

Задачи:

- Сплочение родителей и педагогов; развитие сотрудничества;
- Осознание общих задач, стоящих перед ДООУ и семьей;
- Развитие умений поставить себя на место другого человека; реализация творческих способностей.

Категория участников: родители и педагоги.

Количество участников: 25–30 человек.

Время проведения: 2–2,5 часа.

Материалы: две коробки из-под обуви, маркеры, восковые мелки, бумага формата А3 и А4.

Ход мероприятия.

Знакомство

Участники располагаются по кругу, взявшись за руки. Каждый участник по очереди называет свое имя и рассказывает о себе. При проведении упражнения необходимо соблюдать правило: не разнимать руки.

После знакомства педагогов и родителей нужно разделить на две группы (в каждой должны оказаться представители разных сторон). Группы размещаются за столами.

Упражнение «Коробка»

Приглашаются три участника (по желанию). Один ставит ноги в коробки (правую — в одну коробку, левую — в другую), участники сбоку ставят одну ногу в коробку к игроку в центре. В таком положении им предлагается пересечь комнату.

По окончании проводится обсуждение:

- Удобно ли было двигаться?
- Кому из участников наиболее сложно перемещаться?
- В каком случае игроку в центре двигаться легче, увереннее — когда участники сбоку помогают ему и двигаются в одном направлении или когда каждый участник двигается в своем направлении?

Ведущий. В положении человека, стоявшего в центре, находится ребенок. С одной стороны располагается детский сад со своими методами воспитания, требованиями, задачами, ожиданиями, а с другой — семья, родители со своими средствами воспитания, взглядами, ожиданиями. Ребенку необходимо выполнять требования и родителей, и педагогов. Успешность воспитания и обучения ребенка зависит от взаимопонимания, сотрудничества родителей и педагогов.

Мы разделились на две группы. По сценарию нашей игры каждая группа является отдельным царством. Сегодня образовались такие царства-государства:

- Царство Родителей,
- Царство Педагогов.

Каждое государство имеет свою символику, следовательно, жителям царств нужно создать свой герб.

Упражнение «Царский герб»

На листах А3 участники каждой группы изображают свою символику. Представление каждой группы.

Упражнение «Наши чувства»

Ведущий. Царство Родителей граничит с Царством Педагогов. Жители царств часто ездят друг к другу по экономическим и политическим делам, на экскурсии. Поездки иногда бывают интересными, удачными, иногда — не очень приятными. Одно дело, когда находишься дома, на родной территории, в своем царстве, а другое — когда приезжаешь в чужое государство со своими взглядами, правилами, законами, менталитетом жителей. В разных ситуациях мы испытываем разные чувства.

Каждая группа игроков делит лист бумаги на две части. На одной половине листа изображают (в виде образов, предметов, используя определенные цвета) чувства, которые они испытывают, находясь на территории родного царства, на другой половине — чувства, испытываемые при посещении чужого.

Обсуждение. Акцентировать внимание участников на том, что чувства у людей из разных государств во многом похожи. На территории родной страны мы испытываем чувства безопасности, спокойствия, на чужой территории — тревогу, страх быть непонятым и др.

Упражнение «Ожидания»

Ведущий. Жители Царства Родителей каждый день отправляют своих любимых детей в Царство Педагогов. Жители Царств постоянно общаются между собой по поводу обучения и воспитания маленьких жителей Царства Родителей.

Жители каждого Царства-государства имеют свои ожидания. Чего же ожидают родители от педагогов и педагоги от родителей?

Игроки каждой группы записывают свои ожидания.

Обсуждение.

Упражнение «Объединение государств»

Ведущий. Много лет существуют царства бок о бок, иногда конфликтуют, иногда мирятся, то оправдывают ожидания друг друга, то предъявляют претензии. Время течет, все меняется, в мире все развивается, совершенствуется. Выживать поодиночке становится все труднее и труднее. Некоторые жители предложили создать союз независимых царств-государств, чтобы совместно решать общие вопросы, проблемы. Однако некоторые граждане были категорически против такого союза. Для решения вопроса создания союзнического государства проведем референдум в обоих царствах. Каждому жителю предоставляется право высказаться «за» или «против» объединения.

Каждый игрок получает лист бумаги («бюллетень»), на котором необходимо написать «за» или «против». «Бюллетени» бросают в «ящик для голосования». После того как все участники высказали свое мнение с помощью голосования, проводится социологический опрос:

- Какие отрицательные стороны есть в создании союза? Почему не надо объединяться в союзническое государство?

- Почему лучше создать союз независимых царств-государств? Какие выгоды приобретет союз?

Подведение итогов референдума.

Ведущий. Большинство жителей двух царств высказались за создание союза. С этого момента провозглашаем союз независимых царств-государств. Каждое союзное государство имеет свои структуры управления. Теперь нам предстоит выбрать главу новоиспеченного союза и сформировать кабинет министров, состоящий из четырех министерств. Министрам необходимо разработать Положение о деятельности своего

министерства (в документе определить цели и задачи, правила, требования и т.д.). Положение о деятельности министерства может быть оформлено в виде схемы, рисунка, оно может быть в стихотворной форме. Оформляется на листах А3.

На распределение ролей и разработку документов дается 20–25 минут. Участникам предлагается либо самим определить (назвать) свои министерства, либо ведущий называет следующие: Министерство общения, Министерство обучения, Министерство здоровья, Министерство воспитания.

Обсуждение документов. Обсуждение работы в группах.

Скульптура «Союз Семьи и Детского сада»

Ведущий. Мы провозгласили создание союза независимых Царств Родителей и Педагогов, выбрали главу, сформировали кабинет министров, утвердили пакет документов. Чтобы наше союзное государство не было формальным (на бумаге), продемонстрируем взаимодействие, сотрудничество в реальной жизни. Для этого нам нужно создать совместную скульптуру «Союз Семьи и Детского сада».

Все игроки участвуют в создании скульптуры.

Фестиваль музыки и юмора

Ведущий. Союз царств-государств существует в реальности. Это взаимодействие мы только что наблюдали. Теперь все вопросы, возникающие в Царствах, решаются на общих собраниях. В данный момент у нас назрел один вопрос, требующий незамедлительного решения. Жители пограничных государств решили провести фестиваль музыки и юмора. Для этого мероприятия необходимо срочно подготовить юмористические четверостишия.

Игроки получают листы, на которых напечатано начало четверостишия, которое надо закончить.

Варианты незаконченных четверостиший:

1. Приходим на собрание,

Словно на свидание...

2. Если б не было детей,

Не было б игрушек...

3. На занятии с надеждой

Получу мешок с одеждой...

Рефлексия.

Родительское собрание «Язык любви»

Цели: осознать свои способы выражения любви к ребенку; формировать представления о разных способах выражения любви; формировать установки на саморазвитие; осознать эффективность используемых в общении с ребенком средств выражения любви.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Знакомство

Необходимые материалы: мячик, бейджи, маркер, плакат с надписью.

Ведущий. Здравствуйте, меня зовут... Я благодарю вас за то, что вы нашли время и пришли сюда сегодня. Я работаю... Моя работа связана с родителями и их детьми. Мы обсуждаем вопросы, связанные с взаимоотношениями между родителями и детьми разного возраста. Сегодня мы поговорим на тему, которая волнует многих родителей: как сказать ребенку, что вы его любите. Но прежде чем перейти к обсуждению темы, нам надо познакомиться. У меня в руках мячик, который нужно передать другому человеку после того, как вы представитесь в трех предложениях: «Меня зовут... У меня столько-то детей... Больше всего я люблю...»

Начну с себя. Меня зовут Татьяна. Больше всего я люблю проводить время с близкими мне людьми.

Игра «Подарки»

Необходимые материалы: сушеная рыба, семечки, шоколад, пачка салфеток, ручки, листики, три шкатулки, роза.

Ведущий приглашает к участию четырех желающих.

Ведущий. У меня есть четыре небольших подарка (выкладывает семечки, рыбу, шоколад, пачку салфеток). Попрошу вас написать на листках ваше имя и тот подарок, который вы бы хотели получить. Сложите листочки и отдайте их мне.

После того как участники написали записки, ведущий вручает невпопад каждому из них подарок на память о встрече.

Обсуждение:

- Кто получил тот подарок, который хотел?
- Что вы чувствовали, когда совпали ваше желание и подарок? (Радость, удовольствие.)
- Что вы чувствовали, когда ваше желание и подарок не совпали? (Горечь, обида, разочарование, ощущение того, что тебя не поняли.)

Ведущий. В моей жизни тоже были такие ситуации, когда мне на праздник дарили не то, что мне хотелось бы получить. Эту шкатулку (достаю первую) мне подарили на день рождения, эту (достаю вторую) мне подарили на день учителя, а эту (достаю третью)

мне привезли с юга. А мне так хотелось, чтобы мне подарили цветы. Я очень люблю, когда мне дарят цветы.

Вывод: неоправданные ожидания наталкивают на мысль, что меня не понимают, не учитывают или не знают моих интересов. И если такая ситуация повторяется три, пять, семь раз — это лишь подтверждает мнение, что меня не любят, этим людям я не дорог.

Почему? Потому что они не понимают, что мне нужно.

Наша любовь к детям - это безусловный подарок, который мы дарим каждый день.

Письменное задание

Необходимые материалы: ручки, листы бумаги.

Участникам предлагается письменно ответить на вопрос: как ваш ребенок понимает, что вы его любите? По каким нашим действиям дети это понимают?

На данном этапе занятия результаты не обсуждаются.

Информирование о языках любви

Необходимые материалы: карточки с информацией о языках любви.

Ведущий. Мы дарим детям любовь, и формы любви, как и подарки, бывают разные. Существует несколько языков любви. Известный консультант в сфере супружеских отношений доктор философских наук Гэри Чепмэн выделяет пять основных языков любви: слова поощрения, прикосновение, время, помощь, подарки.

Ведущий кратко характеризует каждый язык, раздает подготовленную информацию участникам семинара.

Работа в парах «Определи язык любви» (таблица 3).

Необходимые материалы: конфеты по две штуки каждого сорта (всего 12), находятся в непрозрачном мешочке, ручки, карточки с ситуациями.

Ведущий. Мы сейчас более подробно рассмотрим каждый из языков любви. А сделаем это в необычной форме. Достаньте из мешочка себе конфету (тем, у кого одинаковые конфеты, ведущий предлагает сесть рядом).

Итак, задание: определите, на каком языке любви говорит ребенок, впишите его в графу рядом.

После того как задание в парах сделано, обсуждение в кругу.

Работа в парах

Необходимые материалы: ручки, карточки с ответами на вопрос.

Ведущий. Теперь посмотрите на листочки, где вы написали ответ на вопрос: «Как ваш ребенок понимает, что вы его любите?» Сейчас вам нужно в парах рассказать друг другу, какие языки любви вы используете. На это у вас 5 минут.

Обсуждение в парах:

• Все ли вы уверенно можете сказать, что это именно то, что нужно вашему ребенку? Почему?

• Есть ли тот язык, который вы используете чаще?

Информирование: как определить язык любви ребенка

Необходимые материалы: карточки с информацией «Как обнаружить, какой из языков любви «родной» для вашего ребенка?»

Обсуждение в группе

Необходимые материалы: плакат с сосудами, чистый лист формата А1.

Вопрос для обсуждения: что произойдет с вашим ребенком, если он не найдет подтверждения, что вы его любите?

(Ответы записываем на доске.)

Ведущий. Мне очень понравилась одна метафора: «Каждый ребенок — это сосуд, который нужно наполнить любовью». Ребенок жаждет любви. И когда он ее чувствует, он развивается нормально (прикрепляю плакат с изображением сосуда). А как чувствует себя ребенок, когда сосуд пуст? (обращаем внимание на то, что записывали). Чаще всего дети совершают проступки, когда «сосуд любви» пуст.

Ведущий. Любовь — наша основная эмоциональная потребность, и, когда другой человек удовлетворяет ее, мы испытываем к нему теплое эмоциональное чувство. Эмоциональный климат семьи может в значительной степени измениться, если члены семьи научатся говорить на «родных языках любви» друг друга. Давайте наполнять сосуды, говорить на доступном для вашего ребенка языке.

Рефлексия

Необходимые материалы: плакат с надписью: «Я чувствую...».

Ведущий. Закончите предложение: «Я чувствую...»

Таблица 3.

Раздаточные материалы к упражнениям «Язык любви ребёнка»

	Ситуация	Язык любви ребенка
.	«Я не уверен, что мои родители любят меня. Они никогда не делали мне сюрпризов, как родители Паши, они покупают то, что мне не надо, не знают, что бы я хотел даже на мой день рождения»	Подарки
.	«Вы никогда не помогаете мне делать домашнюю работу, вот почему у меня плохие оценки»	Помощь

.	Двенадцатилетний Паша спрашивает: «Папа, когда мы пойдем в поход?»	Время
.	«Вчера мама сказала, что я безответственный и что, если я не изменюсь, я никогда не поступлю в колледж. Она говорит, что я неповоротливый и невежливый»	Поощрения
.	«Когда я пытаюсь поговорить с тобой, ты никогда не уделяешь мне внимания. Ты то шьешь, то читаешь книгу, то работаешь, то смотришь телевизор, то стираешь, то еще что-нибудь делаешь. Ты всегда чем-то занята. У меня такое чувство, словно я тебе мешаю. Когда пытаюсь поговорить с тобой, мне хочется, чтобы иногда ты просто посидела со мной и поговорила, ничего больше не делая в это время»	Время
.	Мария, 15 лет: «Мой папа больше не обнимает меня, как раньше. Наверное, он думает, что я уже взрослая и в этом не нуждаюсь. Но мне не хватает его объятий. Они заставляют меня чувствовать себя особенной»	Прикосновения

Дети и языки любви

Язык любви 1: Слова поощрения

Марк Твен как-то сказал: «Доброе слово я могу питаться два месяца». Если понимать это буквально, то, чтобы наполнить его сосуд любви, хватило бы шести слов в год. Свою любовь мы можем выразить, поддерживая друг друга словами. Мудрец Соломон писал: «Смерть и жизнь — во власти языка». Похвала и благодарность всегда помогут вам выразить любовь. И лучше облечь их в простые искренние слова.

Например: «Как тебе идет этот костюм».

«Ты — мое солнышко».

«Я вчера сидел за письменным столом и думал: «Как я скучаю по своей дочурке!»

«Какой молодец, помыл посуду!»

«Спасибо, что вынес мусор».

Не пользуйтесь похвалой, чтобы добиться своего. Это не любовь. Хвалите детей, чтобы доставить им радость. И все-таки таков закон: когда нас хвалят, мы благодарны, и нам, скорее всего, захочется выполнить любую просьбу.

Другой диалект этого языка — ободряющие слова. «Ободрять» значит «придавать бодрость, мужество». Бывает, в той или иной области мы чувствуем себя неуверенно. Нам не хватает смелости, и это часто мешает добиться того, чего бы мы хотели и к чему у нас есть способности. Возможно, ваш ребенок ждет, чтобы вы поддержали и ободрили его.

Добрые слова. Любовь добра. И если мы хотим рассказать о ней, нужно выбирать добрые слова.

Просьбы. Любовь просит, а не требует.

Язык любви 2: Время

Проводить с ребенком время - значит отдавать ему все ваше внимание. Если он еще мал, вы можете, сидя на полу, катать с ним мячик. С ребенком постарше — играть в куклы, в машинки, строить замки в песочнице. Возможно, вы думаете: не пристало серьезному человеку заниматься такой ерундой. Постарайтесь понять, сейчас вы не хотите войти в его мир, потом он сам не впустит вас туда. Ребенок вырастет, у него появятся новые интересы. Пусть они станут и вашими. Ему нравится баскетбол — он должен понравиться и вам, играйте с ним, водите его на матчи. Он играет на пианино — сядьте рядом, когда он занимается, и слушайте. Если вы внимательны к ребенку, он чувствует, что важен для вас, что вам приятно быть с ним.

Многие не помнят, что говорили им в детстве родители, но помнят, что те делали.

Язык времени, как и предыдущий, объединяет множество диалектов. Один из самых распространенных - беседа. Этим словом обозначают доверительный дружеский разговор; обмен мыслями, чувствами, желаниями.

Язык времени включает еще один диалект - совместные занятия. Вместе мы можем делать все, что интересно хотя бы одному из нас. Неважно, что вы делаете, важно — для чего вы это делаете. Цель - быть вместе.

Язык любви 3: Подарки

На этом языке любви говорят все родители. И многие считают, что он единственный. Загляните в магазин игрушек, и вы убедитесь: если средства позволяют, детей заваливают подарками. Одному кажется, что это лучший способ выразить любовь. Другой хочет дать ребенку все, о чем сам мечтал в детстве. Однако если ребенок не говорит на этом языке, никакие подарки не заставят его почувствовать вашу любовь.

Если подарки быстро надоедают ребенку, если он не бережет их, если никогда не похвалит новую игрушку и даже забывает сказать спасибо, вряд ли подарки — его родной язык. Напротив, если ребенок благодарит вас, если показывает подарок друзьям и хвалит вас, если хранит его на видном месте, подолгу с ним играет, наверное, это его родной язык. Как быть, если подарки — родной язык вашего ребенка, а вы недостаточно обеспечены? Помните, «дорог не подарок, дорого внимание». Для ребенка самодельные игрушки иногда дороже магазинных. Часто малышам больше нравится играть с коробочкой, в которой лежал подарок, чем с ним самим.

Подарок — это не плата за оказанную ребенком услугу, он дарится потому, что родитель хочет поделиться своей безусловной любовью с ребенком. Его вручение должно сопровождаться определенной церемонией.

Вы можете подбирать сломанные игрушки и вместе с ребенком чинить их. Дарить подарки могут не только богатые.

Язык любви 4: Помощь

О маленьком ребенке нужно заботиться все время. Без нашей помощи он погибнет. Родители кормят его, купают, пеленают, стирают и гладят ползунки. Все это требует много сил. Ребенок подрос — появляются новые заботы: собрать завтрак, отвести в школу, проверить домашние задания. Обычно дети воспринимают эти хлопоты как должное. Но некоторые видят в них любовь.

Если ребенок благодарит вас за любую мелочь, которую вы сделали для него, значит, ваша забота ему важна. Помощь означает любовь. Он радуется, что вы помогаете ему с уроками не только из-за отметок. Он говорит себе: «Меня любят». Вы чините ему велосипед, он счастлив не только потому, что снова сможет кататься. Если ребенок во всем старается помочь вам, возможно, помощь — его родной язык.

Язык любви 5: Прикосновения

Все мы знаем, как важны для детей прикосновения. Младенцы, которых часто берут на руки, развиваются быстрее, чем те, которые не знают ласки, — утверждают врачи. Малышей держат на руках, укачивают, целуют, обнимают. Задолго до того, как они узнают слово «любовь», они любовь чувствуют. Ребенку хочется ласки. С подростком сложнее. Ему может не нравиться, что его целуют, как маленького, особенно если рядом приятели. Если он отталкивает вас, это вовсе не значит, что прикосновения ему не нужны.

Если подросток то и дело берет вас за локоть, пытается в шутку бороться и каждый раз, когда вы проходите мимо, хватает вас за ногу, — значит, прикосновения важны ему.

Как обнаружить, какой из языков любви «родной» для вашего ребенка

Во-первых, задавайте вопросы.

Во-вторых, внимательно наблюдайте за поведением ребенка. Смотрите, как он выражает любовь и уважение к другим. Большинство людей имеют тенденцию использовать в общении свой собственный «язык любви».

Следите, на что ребенок жалуется, — это ключ к его родному языку.

В-третьих, экспериментируйте со всеми пятью языками и наблюдайте за реакцией ребенка, подростка. Одну неделю практикуйте больше прикосновений, другую — слова поощрения и т.д.

Другой эксперимент — позволить ребенку выбрать между двумя возможностями. Запомните его выбор. Например, отец говорит своему 13-летнему сыну: «У меня сегодня днем будет два часа свободного времени. Что бы ты хотел: вместе запустить змея или пойти купить батарейки для твоего фотоаппарата?» Запоминая выбор ребенка, вы скоро составите представление о его «родном языке любви».

ЛИТЕРАТУРА

Чепмэн Г. Пять путей к сердцу подростка / Пер. с англ. — СПб., 2002.

Чепмэн Г. Пять языков любви / Пер. с англ. — М., 2003.

Консультация «Молодая семья: как избежать конфликта».

Цель: разобрать причины и виды конфликтных ситуаций, выработать способы разрешения семейных конфликтов.

Как заметил классик, «каждая несчастная семья несчастлива по-своему», однако все же можно выделить некоторые наиболее типичные проблемы, возникающие между членами семьи и ведущие к возникновению конфликтов.

Список проблем, ведущих к возникновению семейных конфликтов:

- нежелание или невозможность одного из супругов иметь детей;
- требование мужа, чтобы жена не работала и занималась домашним хозяйством;
- различное социальное положение супругов до вступления в брак;
- разность интересов супругов и неспособность идти на компромисс;
- необходимость жить в одном доме с родителями мужа или жены;
- проблемы поведения одного из супругов: алкоголизм, наркомания и пр.;
- создание семьи в пожилом возрасте;
- большая разница в возрасте между супругами.

В зависимости от каждой конкретной ситуации члены семьи выбирают свою модель поведения, которая либо усугубляет положение, либо постепенно меняет дело к лучшему.

Для решения проблемной ситуации необходимо:

- осознание того, что проблема действительно существует, понимание реального положения вещей;
- откровенный обмен мнениями, принятие во внимание точки зрения другого человека. Способность поставить себя на место другого, готовность к компромиссам во многом облегчает ситуацию и помогает принять правильное решение.

Существуют определенные способы выхода из конфликтных ситуаций.

Акция «Кирпичная стена».

Предполагается, что все желающие родители смогут прикрепить на стену белые облака, звездочки, листочки с написанными на них мечтами, так как на стене первоначально написано:

Мечта сбывается и не сбывается,
Но все хорошее не забывается,
А все хорошее – и есть мечта!
Если мечта не сбудется,
Ты поступай, как хочется,
Но ни кому на свете грусти не выдавай...

Рефлексия. Заполнение анкеты.

Цель: осуществление обратной связи.

Ход: педагогам и родителям предлагается заполнить небольшие анкеты, которые способны оценить результативность проведенных мероприятий.

Типовой сценарий проведения Недели психологии в школе

Типовой пример проведения “Недели психологии” на начальной ступени обучения, которая проводится совместно с учителями (таблица 4).

Таблица 4

План проведения Недели психологии в начальной школе

День	Тематика дня	Перечень мероприятий (общие /групповые)	Участники

Понедельник	День настроения	Акция «Радуга настроения» / игры по классам «Следопыты»	учащиеся, педагоги, администрация
Вторник	День познания	Мероприятие «Гирлянда добрых дел» / Мероприятие «Дорога в пятый класс», «Я и моё имя».	Учащиеся
Среда	День вдохновения	Мероприятие «Лавка добрых качеств» / мероприятия для первоклассников «Волшебный цветок»/ Игра-метафора «Мандала для педколлектива»	Учащиеся, педагоги
Четверг	День дружбы	Акция «Обнимашки, дерево благодарностей»/ Мероприятие «Начинаем разговор» для учеников 2-х классов/ Консультации для родителей	Учащиеся, педагоги, родители
Пятница	День пожеланий	Акция «Подари улыбку» / познавательно-игровая программа	Учащиеся, педагоги, администрация

		«Творим добро». Подведение итогов Недели.	
--	--	---	--

В первый день проводится торжественное открытие “Недели психологии”, на котором дети узнают о тех мероприятиях, которые будут проводиться в течение всей недели, в каждом классе находится план мероприятий. Каждый день проходит под девизом, проводится центральная игра. В классах можно на стенде поместить план недели.

Акцию “Радуга настроения” желательно проводить ежедневно. Каждый день учащиеся отмечают своё настроение на стенде утром и перед уходом домой. Учителя имеют возможность узнать у детей, почему они обозначают настроение тем или иным цветом, особенно важно это было в том случае, если ребёнок уходит или приходит с плохим настроением.

По классам можно предложить игры на релаксацию и развитие любознательности из книг Фопеля “Как научить детей сотрудничать?”. В первый день для участников можно провести игру “Следопыты”. Организатор составляет вопросы, которые позволяют выявить самый дружный, изобретательный, организованный класс. Учителя, не вмешиваясь в процесс поиска ответов, имеют возможность увидеть насколько класс способен организовать и найти оптимальный способ решения проблемы.

Во второй день могут быть проведены игры для учащихся 4-х классов “Дорога в пятый класс”, а третьеклассники получают возможность подумать над образом своего имени. В ходе игры учащиеся 4-х классов выясняют, какие качества им необходимо взять с собой для того, чтобы в 5-м классе было весело и интересно жить. В результате все ребята имеют возможность пережить чувство успеха и признания.

“Я и моё имя”- так можно назвать встречу с третьеклассниками. В ходе этой встречи ребята могут оценить своё отношение к своему имени, узнать его значение, нарисовать образ имён. По результатам данной встречи организуется выставка рисунков.

В третий день первоклассники отправляются на мероприятие “Волшебный цветок”. Во время игры учителя имеют возможность получить информацию об адаптации учащихся к школе и осознанном отношении к здоровью.

В четвертый день проводится игра “Начинаем разговор” с учащимися 2-х классов. В ходе игры учащиеся получают возможность лучше узнать друг друга, поучиться дарить

комплименты и аплодисменты друг другу, сплотиться, почувствовать себя частицей класса.

В последний день можно провести закрытие, на котором каждому классу можно вручить сладкий приз и сертификат участника недели психологии.

Примерные конспекты проведения мероприятий.

Сценарии общешкольных мероприятий.

Психологическая акция «Гирлянда добрых дел».

Цель данной акции:

духовно-нравственное воспитание,

поднятие общего эмоционального тонуса;

способствованию сравнить свои добрые дела с делами других детей и оценить, насколько значимы его собственные достижения;

Акция «Гирлянда добрых дел», где каждый ученик прикрепляет в виде гирлянды сообщение о том, какое доброе дело он совершил. Эти записи ведутся на специальных разноцветных заранее приготовленных сердечках.

Мероприятие «Лавка добрых качеств».

Цель: Создание доброжелательной атмосферы, формирование нравственных качеств личности: внимательности, доброжелательности, развитие культуры общения и умения дружить.

Учащиеся пишут, какие добрые качества они видят у своих одноклассников, указывая имя и качество.

Мероприятие «Следопыты»

Цели игры:

Знакомство учащихся с организацией и особенностями школы.

Развитие наблюдательности и внимательности учащихся начальной школы.

Повышение сплочённости коллектива, умения организованно действовать в различных ситуациях.

Классу предлагались нижеперечисленные вопросы, которые условно можно подразделить на 3 группы:

- вопросы, требующие больших энергозатрат для получения правильного ответа.

- вопросы, направленные на знакомство с организацией работы и особенностями школы;

- вопросы, выявляющие интересы и особенности взрослого школьного коллектива.

Сколько ступенек у лестницы начальной школе?

Сколько окон в коридоре на 1 этаже начальной школы?

Сколько цветов на 2 этаже в начальной школе?

Сколько классов в начальной школе?

Какого цвета двери вашего класса?

В каком классе больше всего учеников?

Кого больше в классе – мальчиков или девочек?

Сколько уроков у вас было за прошлую неделю?

Как зовут директора школы? Какие уроки он проводит?

Как зовут библиотекаря?

Мероприятие «Дорога в 5 класс». Психологическая игра с элементами коммуникативного тренинга

- Здравствуйте, ребята.

Я приветствую вас на занятии с необычным названием «Дорога в 5 класс».

Прежде, чем начать его давайте поздороваемся друг с другом.

И сделаем это не совсем обычным способом. Сядьте удобно на своих стульях, закройте глаза, почувствуйте внутри себя спокойствие и тишину. А теперь мысленно пошлите сердечное тепло друг другу, скажите всем мысленно доброе слово «Здравствуй! Я рад тебя видеть». Постарайтесь почувствовать, как к каждому из вас направляется сейчас поток добрых слов и приветствий одноклассников. От этого вам становится легко и радостно. Почувствуйте тепло своих рук и сердца. Вы можете поделиться своей сердечной теплотой и радостью с друзьями и передать ее при помощи рукопожатия и улыбки. Откройте глаза и обменяйтесь своей доброй энергией. (*Дети перемещаются по классу и здороваются друг с другом.*)

Спасибо, садитесь на свои места. Почувствовали ли вы от такой формы приветствия заряд энергии, настрой на работу? (*ответы*)

Теперь можно приступать к работе.

2) Мы продолжаем с вами готовиться к новой роли – роли пятиклассников. На сегодняшнем занятии мы поговорим о трудностях, с которыми предстоит встретиться и о том, как и над чем надо поработать, чтобы быть готовыми их преодолеть.

Эпиграфом нашего занятия будут слова пословицы:

***«Кто в настоящем думает о будущем,
Тот облегчает жизнь свою».***

Как вы понимаете ее смысл? (Нужно размышлять о событиях будущего, предугадывать трудности, искать пути их решения. Воспринимать будущее не с тревогой, а с уверенностью и хорошим настроением, верой в свои силы.).

Вот и подходит к концу ваше обучение в 4 классе. Впереди 5-ый класс – новая школьная жизнь. Ни для кого не секрет, что все люди очень хотят знать, что их ждёт впереди, и каждый по своему готовится к встрече с будущим. Поднимите руки те, кто испытывает волнение, страх при мысли о переходе в 5-ый класс. (*Дети поднимают руки.*)

До занятия

После занятия

Упр. "Термометр". Представьте, что у нас есть необычный термометр, измеряющий температуру волнения. 0 * - это полное спокойствие, 100 * - проявление самого сильного беспокойства, страх. Почувствуйте свои внутренние ощущения и определите температуру своего волнения в ситуации перехода в среднее звено. Выстройтесь в колонну согласно своему градусу температуры. (определить границы термометра в классе: 0 - около двери, 100 - около стены). Озвучиваем свой градус и записываем на листочке в таблице.

Открою вам небольшой секрет. Человек волнуется и боится чего – либо только из-за того, что мало имеет знаний и информации об этом. Как только он узнаёт о волнующем его событии больше, страх ослабевает, или исчезает совсем. И сегодня мы с вами попробуем приоткрыть завесу таинственного будущего, чтобы как можно лучше подготовиться к встрече с ним. Поговорим с вами о трудностях, с которыми предстоит встретиться в 5 классе и о том, как и над чем надо поработать, чтобы быть готовыми к их преодолению.

2. Итак, какие трудности, по вашему мнению, встретят вас в 5 классе?

Назовите их. (*Дети перечисляют возможные трудности*). Для наглядности и удобства мы будем размещать основные моменты в таблице. (Работа ведётся с 1 колонкой таблицы, прикрепляются таблички с надписями «Много новых учителей», «Разные кабинеты», «Оценки могут стать хуже», «Общение с новыми одноклассниками»)

Таблица 5.

Школьные трудности

Школьные трудности	Наши чувства	Что делать? Пути решения.	Качества, помогающие преодолеть все трудности
1. Много новых учителей			
2. Разные кабинеты			
3. Оценки...			
4. Новые			

одноклассники			
---------------	--	--	--

У меня в руках сочинения нынешних 5-классников, которые они написали в сентябре этого года, через месяц обучения в 5 классе. Тема сочинения: «Вот и стал я 5-классником» В них они поделились своими впечатлениями о первых днях обучения.

Слушая их, обратите внимание, на какие трудности указывают ребята и совпадают ли они с вашими представлениями. (Прослушивают 2 сочинения)

- Что совпало с вашими предположениями? (Обратить внимание на таблицу)

3. Давайте поразмышляем над обозначенными ситуациями.

Какие чувства возникают у вас при мысли о них? *(Дети перечисляют свои эмоциональные состояния, а учитель по порядку заполняет вторую колонку в таблице. Если у детей возникнут затруднения с названиями чувств, то они могут воспользоваться «Словариками чувств», подготовленных заранее).*

Посмотрите на полученный список. Какое разнообразие чувств присутствуют в таблице. Есть и страх и интерес, волнение и удовольствие и др. С какими из этих чувств труднее всего справиться? *(Страх и волнение)*. Да, эти чувства часто мешают человеку быть успешным и хорошо учиться. Поэтому надо уметь владеть собой, регулировать свое эмоциональное состояние. А для этого надо знать, как это делается. Сейчас мы этому поучимся.

Трудность 1. «Много новых учителей»

- Что больше всего страшит вас в данной ситуации? *(Ответы детей)*.

- Ну что же, попробуем сейчас изменить эту ситуацию. У нас в гостях присутствуют люди, которых вы видите сегодня впервые. Именно они и помогут нам преодолеть страх перед новыми незнакомыми учителями.

- Уважаемые гости, помогите нам, пожалуйста, разрешить эту проблему. Приглашаю всех встать в круг. *(Рассчитываемся на 1-ый, 2-ой. Первые номера поворачиваются направо и образуют пару со вторым номером.)*

Упр.1 «Тактильный контакт». Поздоровайтесь друг с другом рукопожатием, обменяйтесь улыбками. Назовите свои имена. Похлопайте друг друга по плечу. Закройте глаза и соприкоснитесь указательными пальцами, большими пальцами, мизинцами. Повернитесь в другую сторону и у вас образуется другая пара. Прodelьваем тоже самое с другим человеком. По окончании упражнения детям предлагается высказать свои ощущения от игры закончив фразу «Откровенно говоря...», передавая при этом игрушку.

Спасибо за откровенные ответы и интересные мысли. *(все рассказываются на свои места)*.

- Что нового узнали о наших гостях?

- Стали они нам чуть ближе? А почему это произошло? (*ответы*)

Из этого можно сделать вывод, что нам страшно, пока мы не знаем человека, но как только вступаем с ним в контакт, то чувство страха уходит или ослабевает. Каждый урок – это тоже открытие. Слушая объяснения учителя на уроке, можно много нового узнать о человеке. Однако многое зависит и от вас, как вы себя проявите, как зарекомендуете, так и учитель отнесётся к вам. У него тоже сложится своё представление о вас, как о человеке. Подумайте и назовите качества характера ученика, которые необходимо иметь или развивать в себе, чтобы легко наладить контакт с новым учителем.

(Заполняется четвертая колонка таблицы: доброжелательность, внимание к словам учителя, исполнительность, ответственное отношение к урокам, добросовестность, вежливость).

Спасибо! Чтобы нам легче и прочнее запомнить все названное сейчас, давайте подберем к сказанному пословицу, которая точно напоминала бы нам о правильном поведении в данной ситуации. Карточки с пословицами лежат у вас на столах.

(Ребята выбирают пословицу, из предложенных на карточках, и называют ее, а учитель размещает ее в таблице). «Уважение вызывает доверие».

Трудность 2. **«Кабинетная система»**

Вернёмся к таблице. Следующая трудность – это кабинетная система.

Хотя вы учитесь в школе уже 4 год, но ориентироваться вам в номерах кабинетов вам не приходилось. Как правило, у всех учеников 5-х классов на первых двух – трёх неделях это вызывает смятение и растерянность.

Как справиться с этой проблемой?

Предлагаю вам поиграть в игру «Лабиринт» («Найди кабинет»)

Играя в неё, подумайте, какие качества помогли вам справиться с заданием и нужны ли они будут в 5 классе?

Инструкция №1. Перед вами таблица с воображаемыми школьными коридорами и номерами кабинетов. Мы сейчас мысленно будем ходить по этим коридорам. Передвигаться по ним можно только по прямым линиям: вправо, влево, вверх, вниз. Я буду называть направление, в котором надо идти, и количество клеток, а вы внимательно следите за моими указаниями. В любой момент я остановлюсь и спрошу вас в каком кабинете мы находимся. Начинаем путь со значка «Начало пути» (психолог выбирает его на свое усмотрение), будьте внимательны!

Инструкция №2. Один из игроков задумывает кабинет и пишет его номер на листочке. Потом начинает вести детей по таблице к задуманному кабинету. Когда он

приведёт их – говорит «Стоп». Дети указывают кабинет, к которому они пришли. Сверяются результаты. Делается вывод.

Итак, какие качества помогли вам справиться с этим заданием? (*внимание, сосредоточенность, умение слушать, ориентироваться. Учитель заполняет четвертую колонку таблицы*).

Достаточно ли названных качеств, чтобы справиться с проблемой поиска кабинета или надо добавить что-то еще? (*память*)

Совет. Если вы все же заблудились и уже опаздываете на урок, то всегда можете обратиться за помощью к взрослым и попросить подсказать местонахождение кабинета.

Давайте подберём пословицу, которая близка к нашей проблеме. «Язык до Киева доведет».

Трудность 3. «Оценки»

А теперь поговорим с вами о самом волнительном моменте каждого из вас – об оценках.

- С чем связан страх за оценки? Что она для вас значит?

- На сколько сильно вы переживаете, когда получаете оценку более низкую, чем ожидали?

- Как вы считаете, теряет ли уважение ученик, который получил плохую оценку?

Есть мнение, что во всем плохом всегда можно найти что-то хорошее а можно ли это применить к нашему случаю? Давайте порассуждаем на эту тему в игре «За и против».

Игра «За и против». Приглашаю в круг 5-7 человек. Вам предлагается по кругу, чередуя, закончить фразы «Получить плохую оценку – это плохо потому, что...» и «Получить плохую оценку – это хорошо потому, что...».

Обсуждение. -Что проще было защищать, позицию «плохо» или позицию «хорошо»?

– Когда вы защищали позицию «хорошо», вы проживали ее, вы приговаривали свои аргументы вслух, какие чувства при этом возникали у вас в душе? (*Ответы детей*)

Очень важно сохранить самоуважение, признать собственные недостатки. Вы должны чувствовать и понимать, что если сейчас не всё ладится с учёбой, то виновата не учительница, а вы сами, более того вы можете самостоятельно исправить ситуацию. Для этого нужно поразмышлять о себе, осознать причину своих промахов, и направить все силы на успешную учёбу

Итак, какие качества помогут нам справиться с волнением в данной ситуации? (*заполняется таблица*) .

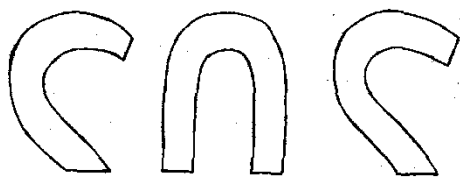
В какой из пословиц заключен смысл сказанного нами сейчас?

«Не страшно упасть, страшно не подняться».

Трудность 4. **«Новые одноклассники».** Бесспорно, установить хорошие отношения с новыми ребятами и найти среди них себе друзей может только тот, кто сам умеет дружить. А насколько хорошо это умение развито у вас? Сейчас мы узнаем, выполнив рисуночный тест, который так и называется «Хороший ли вы друг?» (Тест Златы Королевой.)

Инструкция: перед вами рисунок, который не имеет видимого смысла. Вам надо завершить таким образом картинку, чтобы у вас получился осмысленный рисунок. Время выполнения 1 минута.

Ваша способность к сопереживани



Ключ к тесту

- Если вы УВИДЕЛИ В ЭТОМ РИСУНКЕ ЗМЕЮ И СОЕДИНИЛИ ТРИ ДЕТАЛИ МЕЖДУ СОБОЙ, а также дорисовали ЗМЕИНУЮ МОРДУ И КОНЧИК ХВОСТА, то это говорит о том, что вы воспринимаете дружбу как нечто само собой разумеющееся, естественное. Вам никогда не приходилось прилагать особые усилия, чтобы завоевать дружбу людей, потому что вы с детства всем нравились. И поэтому вы несколько эгоистичный друг, вы любите быть в центре внимания и принимать восхищения окружающих. Однако, если вашим друзьям будет плохо, вы обязательно придете им на помощь.
- Если из заданных деталей вы СОЗДАЛИ ТРИ НЕЗАВИСИМЫХ ДРУГ ОТ ДРУГА РИСУНКА, то это говорит о вашем неумении дружить. Вы никогда не задумываетесь о чувствах ваших близких, для вас на первом месте всегда стоят ваши собственные нужды и потребности, и вы ни перед чем не остановитесь, чтобы добиться своей цели. Разумеется, мало людей способны дружить с таким эгоистом, как вы.
- Если вы СДЕЛАЛИ ИЗ ТРЕХ ДЕТАЛЕЙ ДВА РИСУНКА, то это значит, что вы мнительный и осторожный человек, у вас не очень много друзей, потому что вы мало кому доверяете. Зато ради своих близких и дорогих людей вы пойдете на все, ничего не пожалеете, чтобы помочь им. Вы хороший друг, но не из тех, кто блещет

умом и весельем в компаниях, а из тех, кто проверяется в беде и с честью выдерживает проверку.

- Если вы НАРИСОВАЛИ ЖИВОТНОЕ ИЛИ ПТИЦУ, добавив к заданному рисунку МНОГО СВОИХ ДЕТАЛЕЙ, то это говорит о том, что вы веселый и дружелюбный человек, у вас много знакомых и приятелей, вы всегда оказываетесь в центре внимания, в каком бы обществе вы ни находились. Вас большое количество народа считает своим самым близким другом, но все это ненастоящая дружба. Если вам потребуется реальная помощь, практически никто не окажет вам ее. Но вы сами всегда стараетесь помогать тем, кто в этом нуждается, вы не можете равнодушно смотреть на страдания и переживания других людей, даже не очень близких вам. Вы всё принимаете близко к сердцу.
- Если вы увидели в этом рисунке НАДПИСЬ «SOS» то это говорит о вашей доброте и умении сопереживать другим людям. Вы никогда и никому не отказываете в помощи и сочувствии, оказываете моральную и материальную поддержку, и очень многие недобросовестные люди этим пользуются.

Выводы по результатам сделайте самостоятельно. Какие качества характера необходимо поместить в таблицу? (общительность, внимание к людям, терпеливость, умение прощать...)

А теперь вернемся к таблице и заполним пустую колонку «Пути решения». Для этого вспомним, о чем мы говорили с вами на занятии, какие приемы использовали и какие делали выводы.

1- « много новых учителей» - надо установить контакт и показать себя с лучшей стороны. (Учитель прикрепляет знак «Контакт рук».

2. – «Кабинетная система» - умение ориентироваться, память и внимание. (Учитель прикрепляет знак «Компас»)

3. –«Оценки» - не терять самоуважения, извлекать уроки из своих ошибок. (Учитель прикрепляет знак «Инь-Янь».

4. «Новые одноклассники» - развивать способность и умение дружить. (Учитель прикрепляет знак « SOS»).

Успешно справиться с трудностями возможно, если все названные нами качества характера присутствуют у вас. Оцените вашу готовность к переходу в 5 класс, опираясь на перечисленные в 4 колонке качества характера и, если вы обладаете ими в достаточной мере, выберите кружок красного цвета, подпишите на нем свое имя. Если вы считаете, что у вас недостаточно они развиты, вы сомневаетесь, выберите желтый кружок.

Приклейте эти кружки на экран. Каких кружков больше?

Завершение занятия.

Наше занятие подходит к концу, и в заключении я предлагаю вам еще раз проиграть упражнение "Термометр". Что изменилось и почему? (дети высказывают свои мысли). Запишите "температуру" в табличку.

До занятия

После занятия

Ритуал прощания.

Мероприятие «Я и мое имя».

Цели

Способствовать формированию позитивного образа "Я".

Развивать навыки общения.

Активизировать процесс самопознания.

Задачи

Развивать позитивное самовосприятие.

Способствовать принятию собственного имени.

Развивать коммуникативные навыки.

Развивать творческое самовыражение при помощи рисования.

Обучать элементам релаксации и визуализации.

Формировать элементарные представления об образе "Я", провести экспресс-диагностику содержания образа "Я", формировать адекватную самооценку.

Содействовать сплочению группы.

Ход

Ведущий. Здравствуйте, ребята! (Дети встают.) Меня зовут (ФИО). Я работаю психологом. Сегодня я проведу урок психологии, на котором вы, как и на любом уроке, узнаете что-то новое, и это будет новое знание о себе, о нас с вами.

Кто я? Этот вопрос задавали себе люди во все времена. А зачем человеку надо это знать? От того, каким человек себя представляет, зависит, как он будет себя вести, чем заниматься и, вообще, какой жизненный путь выберет.

Итак. Кто я? Какой возникает самый первый, естественный и простой ответ? (Я — человек.) А что есть у каждого человека, без чего ему не прожить? (Без имени.) Я очень хочу познакомиться с вами.

Упражнение "Знакомство"

Ученик ловит мяч, смотрит в глаза ведущему и называет свое имя.

Ведущий отвечает: “Очень приятно”.

Ведущий. А теперь несколько секунд подумайте о себе, задайте себе вопрос “Кто я?”, вспомните все самое важное, самое хорошее и сохраните в душе, это нам пригодится.

Дети выполняют задание.

Ведущий. Вернемся к нашим именам. Имя дается человеку другими людьми и в такой момент жизни, когда посоветоваться с ним самим никак невозможно. И все люди по-разному относятся к своему имени: кому-то оно нравится, а кому-то нет. Мне интересно ваше отношение. Сейчас мы покажем его на пальцах. Мы закроем глаза, я хлопну в ладоши, и пять пальцев покажет тот, кто в восторге от своего имени, четыре — кому оно нравится, три — относится спокойно, два — не очень нравится, один — совсем не нравится. Приготовились, закрыли глаза... (Ведущий хлопает в ладоши.) Открываем глаза, посмотрим, что получилось. (Без комментариев.) А как вы думаете, важно, чтобы свое имя нравилось? А почему? Я тоже думаю, что важно.

Как мир меняется, и как я сам меняюсь! Лишь именем одним я называюсь!

Эти слова Николая Заболоцкого подчеркивают постоянство нашего имени, ведь оно дается человеку, как правило, один раз и на всю жизнь. И хорошее отношение к имени служит первой ступенькой на пути принятия человеком самого себя. Давайте же поможем кому-нибудь из вас полюбить свое имя.

Упражнение “Имя”

Вызывается кто-то один по желанию.

Ведущий. Мы называем все возможные варианты этого имени. А ты (обращается к ребенку по имени), просто сиди, слушай и выбирай, что тебе нравится...

Имя - это не просто набор звуков, оно имеет свое значение. (Говорим о значении этого имени, ссылка на книгу Б. Хигира). А ведь это имя носило и носит много прекрасных людей. (Называем знаменитых тезок.) Вот в какой приятной компании ты находишься.

А еще, ребята, поговорите дома с родителями о том, в честь кого вас назвали, кто выбрал для вас имя, какие были варианты: то есть узнайте историю вашего имени. Вспомните, как называют вас в вашей семье, ведь “у любимого дитятки двести имен”.

Итак, (обращается к ребенку по имени), ты выбрал вариант имени, который тебе нравится? Если нет, выбери какое-нибудь другое имя. Пускай сегодня ты будешь...

Упражнение “Представь себе”

Ведущий. А сейчас каждый представит себе свое имя. Сядьте поудобнее (ноги стоят на полу, руки свободно лежат на коленях), сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов, расслабьте ноги, руки, плечи, шею, мышцы лица, закройте глаза...

Представьте свое имя. Может быть, вы увидите его написанным или нарисованным. Какое оно? Большое или маленькое? Какого оно цвета? Оно светлое или темное, яркое или нежное? Может, вы видите какие-то образы. Каково ваше имя на ощупь, мягкое или твердое, теплое или холодное. Может, вы услышите звук вашего имени. А может, почувствуете вкус и запах... Побудьте немного со своим именем. А теперь возвращаемся назад... Откройте глаза, вздохните, потянитесь, сядьте прямо.

Упражнение “Нарисуй имя”

Ведущий. Давайте рисуем свое имя. Возьмите бумагу, мелки или фломастеры и изобразите то, что увидели. Если не удалось что-то представить, то просто начинайте рисовать, посмотрим, что получится. Рисуйте так, как вы можете. Сейчас нам важно, чтобы каждый выразил на бумаге то, что он хочет. Работаем 5 минут, пока звучит музыка. За минуту до окончания я предупрежу вас. Начинаем... Когда будете готовы, повесьте сами свой рисунок на доску, куда вам хочется. Далее проводится обсуждение рисунков.

Ведущий. Посмотрите, какой у нас получился сад имен. Наши имена — как цветы, нет некрасивых цветов: и пышная роза, и гордый гладиолус, и скромная незабудка — все прекрасны по-своему. Также и наши имена, и мы сами. Каждый человек неповторим и уникален. Это означает, что не было и нет на земле точно такого же человека, как ты (обращается к ребенку по имени), ты (обращается к другому ребенку по имени). А все вместе мы составляем чудесный сад. Посмотрите внимательно на свои рисунки: некоторые из них чем-то похожи. Скажите, пожалуйста, а какие имена могли бы расти на одной клумбе? По какому признаку? (По цвету, форме, настроению...) Присмотритесь к этим людям в жизни. Может быть, и они сами чем-то похожи друг на друга?

Упражнение “Паутинка”

Ведущий. Мы живем среди других людей. Мнение другого человека добавляет что-то в нашу копилочку знаний о себе. Иногда наше представление о себе совпадает с мнением окружающих, иногда нет, и это нормально. Следующее упражнение поможет нам взглянуть на себя глазами другого. Но сегодня я попрошу вас быть тактичными и говорить о своих товарищах только хорошее.

Выходите, пожалуйста, и становитесь в круг. Я бросаю клубок, смотрю на человека, обращаюсь к нему по имени и говорю о том, что мне нравится в его характере, поведении, внешности. Затем клубок бросает тот, кто его получил, и т.д.

Дети выполняют задание.

Ведущий. Посмотрите на эти нити, которые только что нас связали. Обычно мы их не видим, но они существуют. Пусть и в жизни нас всегда связывают нити теплых, добрых слов и чувств. А теперь распутаем паутинку, вспомним, что говорили нам другие дети.

Упражнение «Понятие об образе “Я”»

Ведущий. Давайте теперь вернемся к вопросу, который я задала в начале урока: “Кто я?” Наши представления о себе составляют образ “Я” (показывает плакат).

Что входит в это понятие? Все то, о чем мы сегодня с вами говорили, это и имя, и внешность, и черты характера, и интересы (продолжает схему). Кроме того, в школе каждый из вас - (ученик), дома - (сын, дочь)... Кто-нибудь хочет рассказать о себе?

Слушаем 1-2 самоописания.

Ведущий. Спасибо, ребята. Посмотрите еще раз на нашу схему, на что она похожа? (На солнышко.) Я желаю, чтобы у каждого из вас образ “Я” был таким же светлым и теплым, как солнышко. Конечно, и на солнце есть пятна, но это не мешает ему согревать и освещать все вокруг. Посмотрите, несколько лучиков я оставила, этот рисунок не закончен. Почему?

Упражнение “Накопительные аплодисменты”

Ведущий. Ребята, спасибо вам за работу, мне было с вами очень интересно. Я хочу, чтобы мы поблагодарили друг друга при помощи упражнения “Накопительные аплодисменты”. Я подхожу к тебе (обращается к ребенку по имени) и дарю аплодисменты. Это для тебя. К кому пойдём дальше, выбирай. Так по очереди подходим ко всем участникам. А в самом конце — мы благодарим всех участников за то, что они были с нами! Все вместе хлопаем в ладоши.

Прощание

Ведущий. Все протягиваем в центр круга правые ладошки, кладем их друг на друга, затем так же соединяем левые ладошки. Немного помолчим, а теперь говорим хором: “До свидания”! Всего хорошего, желаю вам успехов!

Мероприятие «Волшебный цветок» (1 –е классы).

Форма: психологическая игра для первоклассников

Оборудование: мультимедийный проектор, ноутбук, презентация «Волшебный цветок» или поговорим о своём здоровье», записи весёлых детских песен для подвижных

игр, музыка для релаксации, цветные карандаши, альбомные листы с изображением цветка.

Участники: воспитанники – учащиеся первого класса.

План.

Вводная часть. Вступительное слово педагога-психолога «Волшебный цветок»

1) Знакомство с темой и ходом мероприятия.

II. Основная часть «Цветные игры»

1) Игра «Это я!»

2) Игра «Я и мой разум».

3) Игра «Я и мое поведение».

4) Игра «Я и моё настроение (эмоции)».

5) Игра «Я и мои поступки».

6) Игра «Я и мой мир».

III. Заключительная часть.

1) Рефлексия «Мой волшебный цветок».

2) Подведение итогов

Ход занятия:

Вводная часть. Вступительное слово педагога-психолога «Волшебный цветок»

Педагог-психолог:

На лугу у той дорожки,

что бежит к нам прямо в дом,

Рос цветок на длинной ножке –

Яркий с маленьким глазком.

Дорогие ребята! Обратите внимание на этот цветок. Что в нём особенного? – спросите вы. Сейчас мы вместе попробуем в этом разобраться. Давайте посчитаем, сколько у нашего цветка лепестков. Точно, у цветка семь лепестков. Наш цветок необычный, он у нас волшебный. Видите, у этого цветка все лепестки разные.

Первый лепесток давайте назовём «Это я!». Каждый человек дышит, слышит, видит. Очень важно уметь чувствовать, всё ли в порядке в нашем организме, комфортно ли нам внутри.

II. Основная часть «Цветные игры»

1) Первый лепесток - Игра «Это я!»

Педагог-психолог: Будьте внимательны: для того, чтобы проверить, кто своему телу настоящий хозяин, стану я одно называть, да совсем на другое указывать. Начали!

У меня есть уши (берется за уши).

И у меня!

У меня есть руки (берется за руки).

И у меня!

У меня есть нос (берется за уши).

У меня есть локти (берется за колени).

У меня есть глаза (прыгает на носочках).

У меня есть щеки (ходит на пятках).

У меня есть живот (берется за голову).

Садитесь, ребята!

2) Второй лепесток - игра «Я и мой разум».

Ребята, а теперь давайте похлопаем, теперь – потопаем. А сейчас немного потанцуем, но с таким условием: вы будете двигать теми частями тела, которые я назову (музыка).

Мы качаем головой,

И танцуем, и танцуем.

Машем правой рукой,

И танцуем, и танцуем

Топнем правой ногой,

И танцуем, и танцуем.

Топнем левой ногой,

И танцуем, и танцуем.

- Ребята, как вы думаете, что помогло вам слышать, видеть, петь, двигаться?

(Ответы детей)

- У человека есть такой орган, который выполняет всю эту работу. Называется он головной мозг.

- Где он находится? (На доске появляется табличка)

3) Третий лепесток – игра «Я и мое поведение»

Всякое случается: вдруг поднялась температура, или заболела голова, а может, просто себя плохо чувствуешь, очень важно выбрать правильное решение: может нужно отдохнуть или обратиться к старшим за помощью.

Игра «Правильно - неправильно»

Дети стоят по кругу. Психолог задаёт интересные задания на внимание, которые нужно показать в движении, если оно правильное, то нужно хлопнуть в ладоши, а если задание неправильное, то нужно присесть.

Задание:

- Играем, если болит голова – неправильно (приседаем);
- В классе дети дружные – правильно (хлопаем в ладоши);
- Если болит живот, прыгаем – неправильно (приседаем);
- Зимой выходим на улицу без шапки – неправильно (приседаем);
- Мою руки и садимся завтракать – правильно (хлопаем в ладоши);
- За столом, когда едим, кидаемся кашей – неправильно (приседаем);
- Подкармливаем птиц зимой – правильно (хлопаем в ладоши);
- Убираем утром постель – правильно (хлопаем в ладоши);

4) Четвертый лепесток – игра «Я и моё настроение (эмоции)». А теперь, ребята, посмотрите друг на друга. Чем вы похожи, а чем-то отличаетесь. Правда? А вот по своему поведению, смене настроения, скорости реакций, – все люди разные. Среди вас есть шустряки, мямлики, молчуны, тихони, непоседы, надоеды, приставалы, сони (на доске карточки с данными словами + иллюстрации).

Таким образом, у нас, у людей, есть еще и воображение, и фантазия, у каждого из нас свой характер; одни люди пишут, рисуют, кушают левой рукой (их называют левшами), а другие эту работу выполняют правой рукой (их называют правшами). Наверное, и в вашем классе есть такие дети?

Оказывается, что наше настроение и наши чувства могут принести вред нам и нашим близким. Давайте попробуем чаще улыбаться и радоваться жизни. Ну, а если вдруг случится какая-либо неприятность, помните, что через некоторое время она забудется, и будет казаться даже смешной. Вот и не стоит сегодня из-за неё расстраиваться и огорчать близких людей, которые нас любят.

5) Пятый лепесток – игра «Я и мои поступки». Мы каждый день играем, дружим или ссоримся, разговариваем, просто встречаемся со знакомыми или незнакомыми людьми. Постарайтесь запомнить замечательное правило жизни: «Относитесь к окружающим так, как хочешь, чтобы относились к тебе!».

6) Шестой лепесток – игра «Я и мой мир». Этот лепесток напоминает нам, что мы сами играем важную роль в том, что с нами случается. Задумайтесь, какими мы хотим быть, кем мы хотим стать, - ведь всё зависит только от нас самих. Очень важно помнить о том, чтобы наши поступки не обижали тех людей, которые живут с нами рядом. Если

прикоснуться к этому лепестку, то нам станет понятным то, что каждый лепесток учит нас по-своему, но важно суметь прислушаться ко всем лепесткам вместе, одновременно.

III. Заключительная часть.

Давайте закроем глаза и увидим свой волшебный цветок, который поможет нам быть счастливыми и здоровыми.

1) Рефлексия «Мой волшебный цветок» пусть каждый из вас попробует сейчас нарисовать такой цветок для себя. Возьмите в руки цветные карандаши и нарисуйте свой Цветок Здоровья и Счастья.

- Какой замечательный цветок здоровья и счастья у вас получился! И, конечно же, помогли вам, дорогие мальчики и девочки, те игры и упражнения, которые мы выполняли вместе.

2) Подведение итогов.

Наш цветок не был бы таким замечательным, если бы мы прикасались и прислушивались только к одному из лепестков. Цветок красив только тогда, когда все его лепестки живы и полны радости оттого, что могут подсказать девочкам и мальчикам, что в жизни хорошо, а что плохо. Когда мы веселы и здоровы, то хорошо и радостно всем тем людям, которые видят нас.

Желаю вам расти крепкими, здоровыми, умными и добрыми! Успехов!

Мероприятие «Начинаем разговор» (2-е классы).

Оборудование.

Два листа ватмана, буквы для “Букваря” (из листов формата А4), лепестки цветка для интервью с текстами вопросов (из листов формата А4), сердцевина цветка, разрезанная на нужное количество паззлов, восковые мелки или цветные карандаши, фломастеры, шариковые ручки, клей.

Ход игры

Разминка

Для ее проведения могут быть использованы любые психогимнастические упражнения: их выбор ведущий может сделать по своему вкусу.

“Имя и движение”

Дети, стоящие в круге, делают шаг вперед, называют свое имя и совершают некоторое несложное движение (хлопок, приседание, движение руками, поворот на месте и т.д.). Затем они возвращаются в круг.

Потом выбирается водящий. Он становится в центр круга, произносит какое-нибудь имя и делает любое движение. Участники должны сделать шаг вперед, хором сказать названное ребенком имя и повторить его движение. Начинает игру ведущий.

Создание “Букваря класса”

Ведущий. Вспомните, пожалуйста, с чего начиналась ваша учеба в первом классе. Что, прежде всего, вы изучили и усвоили?

Ребята перечисляют, а ведущий акцентирует их внимание на букваре.

Ведущий. Да, действительно, начало школьной жизни — это, прежде всего, изучение букваря, букв и звуков родного языка.

Ведущий предлагает создать “Букварь 2... класса”. Для этого каждый (в том числе и классный руководитель) получает заготовку — первую букву своего имени, вырезанную из белой бумаги формата А4. Ведущий должен заранее подготовиться к тому, что некоторые имена имеют полную и сокращенную форму (например, Саша и Александр). Ребенок с таким именем должен иметь возможность выбрать тот вариант, который ему больше нравится. Для него нужно заготовить все возможные варианты. В течение 10 минут дети раскрашивают свои буквы мелками или карандашами так, как им хочется.

Затем все возвращаются в круг. Участники по очереди показывают свою букву и дают, по желанию, комментарии. Ведущий предлагает всем вместе подобрать качество характера, которое начиналось бы на ту же букву, что и имя, и подходило бы данному человеку.

Внимание! Ведущий должен как следует подготовиться к этому этапу работы, проштудировать словари. Поверьте, если в классе у 5–7 человек имена начинаются на “А”, не так-то просто будет подобрать им всем психологические качества! У нас в дело пошло даже такое качество, как “аховый”. Сами бы не догадались, помог словарь русского языка Ожегова.

Буквы приклеиваются на ватман, их можно слегка накладывать друг на друга. Внутри каждой буквы вписывается присвоенное человеку качество. Это творение и становится “Букварем класса”.

После того как все полюбовались на него, можно переходить к следующему этапу работы.

Интервью с одноклассником. "Цветок класса"

С помощью жребия участники делятся на пары. Каждый получает приготовленный заранее “лепесток”. На нем уже написаны вопросы, которые участники в парах должны задать друг другу, и оставлено место для ответа. Вопросы: “Твое любимое существо?”,

“Твое любимое занятие?”, “Чего ты терпеть не можешь?”, “Твой любимый мультфильм?”, “Когда у тебя день рождения?”

Наверху “лепестка” - место для имени того, у кого берется интервью.

На интервьюирование друг друга отводится 5–7 минут. Затем дети возвращаются в круг и рассказывают о своем партнере. “Лепестки” по ходу рассказа детей приклеиваются ко второму листу ватмана, в центре которого заранее нарисован круг — сердцевина будущего цветка.

Ведущий подводит общий итог этого этапа работы, обращает внимание детей на цветок: каждый из них - лепесток этого удивительного цветка, а что же в центре?

Ярмарка умений

Ведущий раздает детям небольшие кусочки цветной бумаги.

Ведущий. Каждый кусочек — это пазл. Собрав правильно все эти пазлы, мы получим сердцевину нашего цветка.

Кстати, чтобы не терять времени напрасно, круг на ватмане - будущая сердцевина цветка - уже подготовлен ведущим для прикрепления пазлов: тонкими линиями нарисованы их границы.

Ведущий. Сейчас каждый из вас на этом кусочке бумаги напишет, какие свои умения, способности, дарования он готов подарить классу, чем может поделиться со всеми.

Затем каждый озвучивает написанное, а ведущий комментирует ответы участников, например: “С Олей нам не страшно идти в поход с ночевкой — вкусный обед нам обеспечен!” Или: “На школьных “Веселых стартах” нам нечего бояться: Толя со своей ловкостью непременно победит!” И так далее.

По ходу рассказа детей пазлы приклеиваются к листу ватмана. Через некоторое время сердцевина цветка заполняется, и весь цветок класса в целом тоже завершен.

Если кто-то из детей в этот день отсутствует, для его лепестков должно быть оставлено место, а его пазлы приклеиваются пустыми. Ведущий просит детей и классного руководителя непременно доделать и “Букварь класса”, и “Цветок класса”.

Упражнение “Накопительные аплодисменты”

Ведущий. Ребята, спасибо вам за работу, мне было с вами очень интересно. Я хочу, чтобы мы поблагодарили друг друга при помощи упражнения “Накопительные аплодисменты”. Я подхожу к тебе (обращается к ребенку по имени) и дарю аплодисменты. Это для тебя. К кому пойдём дальше, выбирай. Так по очереди подходим ко всем участникам. А в самом конце — мы благодарим всех участников за то, что они были с нами! Все вместе хлопаем в ладоши.

Сценарий познавательно-игровой программы «Творим добро!»

Цель: духовно-нравственное развитие школьников

Задачи:

- создать условия для формирования у детей нравственных качеств: доброты, бескорыстия, потребности в благотворительности;
- развивать творческий потенциал детей, интерес к проектной деятельности;
- развивать коммуникативные навыки, навыки публичного выступления.

Ход мероприятия

-Добрый день! А день, действительно, добрый, ведь в зале собрались те, кто старается сделать доброе дело для кого-то. А от этого мир становится лучше, потому что «делать людям хорошее – хорошесть самому!» И сегодня, и вчера, и год назад, и сто лет назад немало примеров добрых дел.

-Выходят 10 человек, делятся на две команды. Каждому человеку раздаются карточки с буквами, чья команда быстрее составит слово «Твори добро».

-Отгадайте загадки о вежливости.

Обнаружив на рассвете,

Что роса попала в сети,

Паучиха Шудра-Вудра

Ей сказала: «...» (С добрым утром!)

Неуклюжий песик Костик

Мышке наступил на хвостик.

Поругались бы они,

Но сказал он «...» (Извини!)

Чудно пел среди ветвей

Голосистый соловей,

И ему на всю дубраву

Воробьи кричали: «...» (Браво!)

На закате мотылёк

Залетел на огонек.

Мы, конечно, рады встрече.

Скажем гостю: «...» (Добрый вечер!)

Мама с папою сидят,
Торт с конфетами едят.
Скажет вежливая дочь:
«Разрешите ...» (вам помочь!)

Дети Даша и Егорка
Сыр для пиццы трут на терке.
Просят мышки из норы:
«Дайте! Будьте...» (так добры!)

Бегемот и Слон, поверь,
Не пролезут вместе в дверь.
Тот, кто вежливей, сейчас
Скажет: «Только...» (после вас!)

Олениху в два часа
Навестить пришла лиса.
Оленята и олень
Ей сказали: «...» (Добрый день!)

Встретив зайку, ёж-сосед
Говорит ему: «...» (Привет!)
А его сосед ушастый
Отвечает: «Ёжик, ...» (Здравствуй!)

Повстречал кабан в лесу
Незнакомую лису.
Говорит красавице:
«Разреши ... (представиться!)

Давайте разберём ситуативные задачи. (3чел.)

В жизни приходится сталкиваться с разными сложными ситуациями. Поступить правильно, совершить доброе дело порой оказывается нетак-
то просто. Как бы вы поступили в предложенных ситуациях?

Ситуация 1.

Один из ваших одноклассников смеётся над вашим другом, обзывает его. Как вы поступите?

- будете плакать
- будете защищать товарища кулаками
- будете тоже смеяться над другом
- свой вариант

Ситуация 2.

Ваш одноклассник схватил вашу ручку без разрешения. Как вы поступите?

- будете кричать и попытаетесь отобрать ручку
- пожалуетесь учителю
- отлупите одноклассника
- объясните, что чужие вещи брать без разрешения нельзя

Ситуация 3.

Кто-то из одноклассников нарочно толкнул вас и свалил с ног. Как вы поступите?

- будете плакать
- пожалуетесь учителю
- не скажете ничего
- свой вариант

Конкурс « Чья команда вспомнит и скажет больше и быстрее добрых, ласковых, волшебных слов». (Можно записывать)(4чел.)

Сложи пословицу из двух половинок (2чел.)

на добрые дела

Жизнь дана

делать добро.

Доброе сердце

и кошке приятно

Доброе слово

лучше богатства.

Проведем викторину:

1) Какой герой русской народной сказки был наказан за то, что не послушался сестры?

Иван-дурак Емеля Братец Иванушка

2) В какой сказке одна героиня за доброе сердце получает в награду сундук с приданым, жениха и уважение, а другая за злобу - стаю крикливых ворон, позор и унижение?

Василиса Настенька Аленушка ("Морозко")

3) Героиня, какой сказки смогла спасти своего брата из рук Бабы-Яги только тогда, когда перестала гордиться и начала помогать окружающим?

Герда Аленушка Настенька ("Гуси-лебеди")

4) Какая сказка Г. Х. Андерсена начинается с рассказа о волшебном зеркале, осколки которого делают человека злым и жестоким?

Дюймовочка Царевна на горошине Снежная королева

Задание «Доскажи словечко»

- Я начну, а вы продолжите.

1. Растает даже ледяная глыба от слова теплого ... (спасибо)
2. Зазеленеет старый пенек, когда услышит (добрый день)
3. Когда вас ругают за шалости, вы говорите (простите, пожалуйста)
4. Если друг попал в беду (помоги ему)
5. Решай споры словами, (а не кулаками)
6. Если словом или делом вам помог кто-либо,

Не стесняйтесь громко, смело говорить: (Спасибо!)

7. Если больше есть не в силах, скажем маме мы: (Спасибо!)

8. Если солнышко садиться, по деревьям золотиться. Говорим тогда при встрече всем знакомым: (Добрый вечер!)

9. Мальчик, вежливый и развитый говорит встречаясь: (Здравствуйте!)

Давайте творить добрые дела, потому что добро – это дорога к счастью. Всем спасибо! До свидания!

Типовой пример проведения "Недели психологии" в средней и старшей школе

Таблица 6.

День недели	Мероприятие (общее / групповое)	Участники	Ответственные
Понедельник	Открытие недели психологии. / Акция «Забор психологической разгрузки» (в теч. недели), Акция «Дарю тебе радость»	Учащиеся 5-11 классов, педагоги школы Директор	Педагог-психолог Социальный педагог
Вторник	Тренинговое занятие «Будьте счастливы друзья!» / Газета бесплатных объявлений «Ищу»	5-11 класс Педагоги 5-11 класс	Педагог-психолог

	друга», «Экспресс-диагностика уровня самооценки» (в теч. недели)		
Среда	Тренинговое занятие «Учимся доверию» / Конкурс плакатов "Галерея счастья " и коллажей "Мой класс- мой дом", Анкетирование (шкала безнадежности Бека)	6 класс 5-11 класс Классные руководители 5-11 класс	Социальный педагог
Четверг	Консультации для педагогов «Профилактика девиантного поведения у учащихся», Акция «Интервью с великими психологами», Игра «Психологический кросс».	Педагоги 5-11 класс Педагоги	Педагог-психолог
Пятница	Профориентационный тренинг «Коммуникация и профессия» / Психологический КВН. Итоги Недели психологии.	9 класс 7-класс 5-11 класс	Социальный педагог

Примерный план проведения мероприятий.

В первый день открывается Неделя психологии. В холле школы вывешен стенд, который оформлен яркой вывеской, воздушными шарами, чтобы у всех кто входит в школу были только положительные эмоции. На стенде информации учащиеся знакомятся с планом недели и с основными мероприятиями. На первом этаже вывешивается плакат «Забор психологической разгрузки». В течении всей недели каждый желающий может выплескивать свои негативные мысли, переживания, делиться радостными событиями и т.д. На большой перемене проводится акция «Дарю тебе радость», во время которой Агитбригада из дежурного класса раздает всем разноцветные ленточки по выбору каждого, а участники дарят их друг другу при этом высказывая добрые пожелания.

Во второй день проведения Недели на классных часах в средней школе проводится тренинговое занятие «Будьте счастливы, друзья!», которое способствует развитию объема, концентрации и переключения внимания, зрительной памяти, находчивости, сообразительности, умению логично рассуждать. Учащиеся получили массу положительных эмоций и заряд бодрости.

Работает газета бесплатных объявлений «Ищу друга» для 5-11 классов, где каждый желающий учащийся и педагог пишет объявление о поиске друга с определенными чертами его характера.

В этот день начинается проведение «Экспресс-диагностики уровня самооценки» для обучающихся 5-11 классов.

На третий день проводилось для обучающихся 6 класса тренинговое занятие «Учимся доверию», которое позволяет проанализировать отношение к самому себе, освоить «Язык доверия» к окружающим людям.

Для обучающихся 5-7 классов организован конкурс плакатов "Галерея счастья" где дети рисуют рисунки на тему, что для них означает "Счастье". "Мой класс-мой дом" для 8-11 классов, где классному коллективу нужно на одном рисунке изобразить свой класс.

Целесообразно провести анкетирование обучающихся 5-11 классов по методике "Шкала безнадежности Бека" (Hopelessness Scale, Beck et al.). Она предназначена для предсказания возможности самоубийства на основе мыслей о будущем и возлагаемых на него надежд и представляет собой 20 утверждений, которые отражают чувства, состояния, отношение к будущему и прошлому. Испытуемым необходимо отметить ВЕРНО или НЕВЕРНО каждое утверждение по отношению к нему. Методика предъядвляется в групповом режиме.

На четвертый день проводится консультация для педагогов «Профилактика девиантного поведения» в формате круглого стола. Готовятся буклеты "Рекомендации в помощь педагогам и родителям по вопросам профилактики суицидального поведения детей и подростков" и памятки: "Признаки суицидального поведения у учащихся".

Предусмотрена акция "Интервью с великими психологами «Твое мнение». Работа с плакатной информацией, письменное комментирование учащимися высказываний психологов.

Психолог готовит плакат с информацией: на каждом отдельном листке формата А4 приклеивается фотография известного психолога с цитатой. На плакате помещается несколько таких листков. Рядом вывешивается чистый плакат «Твое мнение», где учащимся предлагается высказать свое мнение: актуальны ли сегодня такие мысли, мнение какого психолога для них особенно интересно и почему. По параллелям можно провести игру «Психологический кросс» - командный квест.

Для обучающихся всей школы и педагогов возможно проведение акции «Психологический портрет школы «Самые-самые...». В холле школы на стенде размещается плакат с названиями номинаций: «Самые активные» «Самые ответственные» «Самые добрые» «Самые внимательные» «Самые известные». Все желающие могут написать имена, фамилии своих одноклассников, друзей, учителей, всех тех кого они

считают самыми-самыми...Итоги подводились на общешкольной линейке. Победителями в каждой номинации вручаются почетные грамоты «Самый...».

На завершающий день можно провести по параллелям профориентационный тренинг «Коммуникация и профессия» с целью актуализации представления о значении невербальных способов коммуникации в повседневной жизни и профессиональной деятельности. Психологический КВН привлекает много участников. Победители конкурсов рисунков, плакатов и активные участники психологических акций и игр награждаются грамотами на общешкольной линейке.

КВН: «Психология – это серьезно?!» Участники – обучающиеся 9, 10 классов. В командах от 7 до 9 человек. С болельщиками тоже проводятся конкурсы.

Инструментарий: бумага, ручки, цветные карандаши или фломастеры, музыкальный центр, компьютер.

Идея проведения конкурсов (КВН) – при помощи командной игры формирование общего настроения оптимистической тональности в корпусе, стимулирование интереса к психологическим знаниям.

Цель: Формирование представлений о важности психологической науки как одной из составляющих человекознания и приобщение к психологической культуре.

Задачи: повышение интереса учащихся к изучению психологии и самого себя; развитие навыков группового взаимодействия, умения считаться со взглядами других, чувствовать группу и отдельных ее участников; создание условий для самовыражения.

Сценарий.

Конкурсы

Мы: Здравствуйте ребята. Мы рады вас видеть на нашем мероприятии. Идет неделя психологии, которую мы стараемся сделать для вас веселой интересной и познавательной. Нам очень хочется знать, что вам в это время недели психологии было интересно, что запомнилось, а что обсуждали.

Ведущие - 9 класс и 10 класс.

Встречаются 2 школьника, начинают разговор о неделе психологии.

10: Идет неделя психологии, у нас было много интересного, а у вас?

9: У нас тоже много смешного и мы играли в «угадай улыбку». Я понял, что Психология – это весело.

10: Психология – это весело???? Неее, брат – психология - это дело серьезное!

9: Серьезное? Интересно... (недоверчиво)

10: Интересное и конечно серьезное. У тебя много в корпусе друзей?

9: Ну да..., правда бывает, что мы спорим.

10: Так вот общение – это тонкий инструмент. С его помощью можно найти друга или наоборот потерять его, можно помочь товарищу. А можно и навредить. Поэтому общению нужно учиться.

9: И всему этому учит психология?

10: Конечно!

9: Кажется, я начинаю понимать, что психология – это серьезно и этому нужно учиться.

10: А вот давай посмотрим насколько это и весело и серьезно.

9: Так у нас сегодня КВН - это клуб веселых и находчивых?

10: Нет. Не клуб, пока, а школьники – веселые и находчивые!

9: Итак, представляем Вам 2 команды, которые в конкурсных состязаниях покажут, насколько они общительны, креативны, сплоченны.

10: Разрешите представить Вам незаменимых на сегодняшнем вечере жюри:

1) человек с твёрдым взглядом на жизнь;

2) человек с неиссякаемым творческим;

3) замечательный человек с открытой душой и горячим сердцем;

4) обаятельная и привлекательная.

10: Первое впечатление о человеке всегда очень важно для установления контакта с ним. Нередко оно определяет все наши дальнейшие отношения с этим человеком.

9: Посмотрим, какое первое впечатление окажут друг на друга, на жюри, на зрителей наши команды.

Задание: тема приветствия «МЫ». Ребята должны будут назвать свою команду, поприветствовать друг друга, жюри и дать 5 кратких ответов: "Мы ...". (Конкурс оценивается в 3 балла).

МЫ: Пока наши команды готовятся, мы проведем конкурс для наших гостей и болельщиков.

1. Игра на внимание, логику и смекалку.

- ? Человек попал под дождь, и ему негде и нечем было укрыться. Домой он пришел весь мокрый, но ни один волос на его голове не промок. Почему?

- ! Он лысый.

- ? В 12-этажном доме есть лифт. На первом этаже живет всего 2 человека, от этажа к этажу количество жильцов увеличивается вдвое. Какая кнопка в лифте этого дома нажимается чаще других.

- ! кнопка 1 этажа.

-? Какими нотами можно измерить расстояние.

-! МИ ЛЯ.

-? Какой знак нужно поставить между числами 4 и 5, чтобы результат получился больше четырех, но меньше пяти.

-! Запятую – 4,5.

- ? Двое гуляющих, остановились около одного предмета и заспорили. Один сказал: "Это красная". Второй возразил: "Нет, это черная". "Почему же она белая?" — спросил первый. "А потому, что зеленая".

-! Ягода.

- ? На столе сидели три мухи. Одну из них прихлопнули.

Сколько мух осталось на столе.

- ! одна (прихлопнутая).

Спасибо всем за юмор, и оригинальность, с которой вы подошли к разгадыванию заданий! А сейчас оценки команд.

Жюри оценивают команды, после выступления 2-й команды.

Жюри показывают смайлики.

10: Что-то я не совсем понял?

Жюри переворачивают там оценки.

9: А я все понял.

9: А что в общении главное?

10: Ну, во-первых, нужно расположить к себе собеседника, так чтобы ему было приятно с тобой разговаривать.

9: А что для этого нужно сделать?

10: Для этого нужно владеть искусством делать комплементы, уметь сказать что-то приятное человеку.

9: А давай посмотрим, насколько хорошо им владеют наши команды (конкурс капитанов).

2 конкурс.

Задание 2. Конкурс капитанов «Комплименты – хвалебное слово – сопернику и его команде». Время 3 мин. Без подготовки.

Оценивается – количество, креативность, существенность. 3 балла.

9: Да комплименты это – хорошо.

(задумчивый вид) Я хочу тебе сказать по секрету – у меня бывает такое - что я начинаю выражаться.....

10: Как? Этого делать нельзя – это недопустимо для кадета!!!

9: Нет!!!! Выражаюсь ...стихами. Что со мной?

10: Ты просто креативный!!

9: Это не заразно?

10: Это здорово. Ведь это означает, что ты умеешь мыслить нестандартно.

9: Интересно. А наши команды креативны?

10: А это мы сейчас узнаем.

Задание 3. Творческий «Сочинялочка».

Инструкция: вам предлагаются слова. В течение 5 минут вы должны придумать стихотворение с этими словами.

компот, обед, настроение, общение, чувство, искусство, психология, ура, игра, а кому легко, молодцы.

Пока наши команды занимаются стихотворчеством, стихосотворением, мы предлагаем вам конкурс на креативность.

Работа с залом.

А сейчас мы предлагаем игру с гостями и болельщиками.

Инструкция: пока команды готовятся нужно назвать реальный нестандартный способ использования предмета, который мы вам покажем. (Газета).

Оценивание: кто последний назовет - тому вручаем смайлик.

10: А еще ты знаешь, психологи утверждают, что в общении всего 7 % информации передаётся путём слов, а остальную информацию мы получаем через жесты, позы, мимику, через интонацию, тембр голоса.

9: Правда?

10: Да. Это сейчас наши команды тебе это продемонстрируют.

Задание 4.

Инструкция: нужно с помощью жестов, мимики изобразить то действие или предмет, который задан. У каждой команды будет 3 попытки на отгадывание.

3 вариант – подарок команде соперников.

2 вариант – ситуация: кадеты в столовой, кадеты на уроке, кадеты в артиллерийском музее, кадеты под дождем.

Заключение:

9: Теперь я все понял!!! как здорово, что идет неделя психологии. Да ты был прав - психология – это серьезно!!!

10: Ты это серьезно!!???

9: Да!

10: А мне кажется, что это – весело!!!

Ведущие: спасибо вам ребята!!! Вы нам очень помогли провести очередной день недели психологии. Ну а теперь подведем итоги. Представляем слово жюри:

Жюри подводит итог: вручает призы командам, а так же призы по номинациям:

- самый веселый участник
- самый спокойный участник
- Мы от тебя такого не ожидали
- Ты наша опора (тот, кто часто выручал команду)

А так же:

- Самый активный болельщик
- Самый шумный болельщик
- Борец за справедливость.

Таблица 7.

Критерии оценивания команд в КВН:

Критерии	Команда	Команда
	_____	_____
Конкурс «Представление».		
1 балл - сплоченность команды		
1 балл - позитивный настрой к участникам команды		
1 балл – креативность		
Сумма		
Конкурс капитанов «Комплименты».		
1 балл креативность		
1 балл эстетика		
1 балл содержательность-		

правдаподобность		
Сумма		
Творческий «Сочинялочка».		
1 балл содержание рифмы		
1 балл юмор в ответах команд		
1 балл кративность		
Сумма		
Задание 4 «Невербальный».		
1 балл находчивость игроков умение быстро ориентироваться в ситуации		
1 балл оригинальность идеи артистичность представления		
1 балл сплоченность команды		
Сумма		
Итоговая сумма		

Типовой пример проведения “Недели психологии” в спо

Таблица 8.

День	Тематика	Перечень мероприятий (общие / групповые)	Участники
Понедельник	Моя личность	Эстафета приветствия «Доброе утро! Я	студенты всех направлений подготовки

		желаю Вам добра / психологический тренинг	
Вторник	Самопознание	Акция «Гирлянда добрых дел» / Психологическая олимпиада	студенты всех направлений подготовки
Среда	День общения	Эстафета приветствия «Доброе утро! Я желаю Вам добра! / интерактивные классные часы по тему «Радость человеческого общения»	студенты всех направлений подготовки
Четверг	День положительных эмоций	Акция «Радуга настроения»/ Психологическая акция «Волшебная шкатулка»	студенты всех направлений подготовки , педагоги
Пятница	День пожеланий	Эстафета приветствия «Доброе утро! Я желаю Вам добра! / Психологический КВН. Подведение итогов Недели.	студенты всех направлений подготовки, администрация

Примерные сценарии проведения Недели.

Тематика дня «Моя личность».

Тренинг личностного роста.

Цель тренинга:

Создать условия для личностного роста подростков.

Задачи тренинга:

1. Создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем.
2. Расширение знания участников о чувствах и эмоциях, создание условий для развития способности безоценочного их принятия, формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.
3. Способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.
4. Способствовать осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.

Упражнение № 1. «Баранья голова»

Инструкция:

- Нам предстоит большая совместная работа, а потому нужно познакомиться и запомнить имена друг друга. В тренинге нам представляется шикарная возможность, обычно не доступная в реальной жизни, - выбрать себе имя. Ведь часто бывает: кому-то не очень нравится имя, данное ему родителями; кого-то не устраивает форма обращения, привычная для окружающих, скажем, все зовут девушку Ленка, а ей хочется, чтобы к ней обращались «Леночка» или «Ленуля». Есть люди, которые в детстве имели забавную кличку и были бы не против, чтобы и сейчас в неформальной обстановке к ним обращались именно так. У вас есть тридцать секунд для того, чтобы подумать и выбрать для себя игровое имя. Все остальные члены группы и ведущий в течение всего тренинга будут обращаться к вам только по этому имени.

А теперь представимся друг другу. Сделаем это так, чтобы сразу и прочно запомнить все игровые имена. Наше представление будет организовано так: первый участник называет свое имя, второй – имя предыдущего и свое, третий – имена двух предыдущих и свое и т.д. Последний, таким образом, должен назвать имена всех членов группы, сидящих перед ним. Записывать имена нельзя – только запоминать. Эта процедура называется «Баранья голова». Почему? Если вы, называя своих партнеров, забыли чье-то имя, то произносите «баранья голова», конечно, имея в виду себя, а не того, кого забыли. Дополнительное условие – называя имя человека, обязательно посмотреть ему в глаза.

Упражнение 2. «Заключение контракта»

Выработка правил группы производится с помощью мозгового штурма, следует записать все выработанные правила на доске или листе ватмана.

1. Закон «ноль-ноль» (о пунктуальности).
2. Правило поднятой руки: высказываются по очереди, когда один говорит, остальные молча слушают и, прежде чем взять слово, поднимают руку.

3. Без оценок: принимаются различные точки зрения, никто друг друга не оценивает, обсуждаем только действия: критика должна быть конструктивной.

4. Конфиденциальность: то, что происходит на занятии, остается между участниками.

5. Правило «Стоп»: если обсуждение какого-то личного опыта участников становится неприятным, тот, чей опыт обсуждается, может закрыть тему, сказав «Стоп».

6. Активность: чаще всего, те, кто проявляют активность на занятиях приобретают по окончании курса больше, чем те, кто был пассивен на занятиях.

Упражнение 3. «Сигнал»

Участники стоят в кругу, достаточно близко и держатся сзади за руки. Кто-то, легко сжимая руку, посылает сигнал в виде последовательности быстрых или более длинных сжатий. Сигнал передается по кругу, пока не вернется к автору. В виде усложнения можно посылать несколько сигналов одновременно, в одну или в разные стороны движения.

Упражнение 4. «Рекламный ролик»

Инструкция:

- Всем нам хорошо известно, что такое реклама. Ежедневно мы множество раз видим рекламные ролики на экранах телевизоров и имеем представление, какими разными могут быть презентации того или иного товара. Поскольку мы все – потребители рекламируемых товаров, то не будет преувеличением считать нас специалистами по рекламе. Вот и представим себе, что здесь мы собрались для того, чтобы создать свой собственный ролик для какого-то товара. Наша задача – представить этот товар публике так, чтобы подчеркнуть его лучшие стороны, заинтересовать им. Все – как в обычной деятельности рекламной службы.

Но один маленький нюанс – объектом нашей рекламы будут являться... конкретные люди, сидящие здесь, в этом кругу. Каждый из вас вытянет карточку, на которой написано имя одного из участников группы. Может оказаться, что вам достанется карточка с вашим собственным именем. Ничего страшного! Значит, вам придется рекламировать самого себя. В нашей рекламе будет действовать еще одно условие: вы не должны называть имя человека, которого рекламируете.

Более того, вам предлагается представить человека в качестве какого-то товара или услуги. Придумайте, чем мог бы оказаться ваш протеже, если бы его не угораздило родиться в человеческом облике. Может быть холодильником? Или загородным домом? Тогда что это за холодильник? И каков этот загородный дом? Назовите категорию населения, на которую будет рассчитана ваша реклама. Разумеется, в рекламном ролике должны быть отражены самые важные и – истинные – достоинства рекламируемого объекта. Длительность каждого рекламного ролика – не более одной минуты. После этого группа должна будет угадать, кто из ее членов был представлен в этой рекламе.

При необходимости можете использовать в качестве антуража любые предметы, находящиеся в комнате, и просить других игроков помочь вам. Время на подготовку – десять минут.

Рефлексия.

Упражнение 5. «Шурум-бурум»

Водящему предлагается загадать чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись от круга и, произнося только слова «шурум-бурум», показать задуманное им чувство. Рефлексия.

Упражнение 6. «Официант, в моем супе муха»

Участникам группы предлагается поучаствовать в конфликтной ситуации, случившейся в одном из дорогих ресторанах. Дайте каждому из участников по одному из ниже приведенных сценариев, чтобы ознакомиться.

Объясните, что упражнение представляет собой ролевую игру, призванную продемонстрировать некоторые аспекты общения.

Попросите двух исполнителей выйти и встать так, чтобы все могли их видеть и слышать, после чего начните игру.

После проигрывания ситуации следует обсудить впечатления, мнения, переживания, возникшие у участников сцены, а затем наблюдения остальных членов группы. Если позволит время и найдутся желающие, упражнение можно повторить, но с другими участниками.

РОЛЬ А

Вы путешествуете по чужой стране. Сегодня, обедая в весьма дорогом ресторане, вы обнаружили в супе нечто, похожее на часть насекомого. Вы пожаловались официанту, но тот уверял, что это не насекомое, а специи. Вы не согласились и пожелали переговорить с управляющим. И вот управляющий подходит к вашему столику.

РОЛЬ Б

Вы - управляющий очень хорошим рестораном. Цены могут показаться высокими, но качество обслуживания в высшей степени оправдывает их. У вашего ресторана хорошая репутация, и он привлекает многих иностранцев. Сегодня в ваш ресторан пришел пообедать иностранец, и один из новых официантов подал ему суп. Возникли какие-то претензии, и официант передал вам, что иностранец желает с вами переговорить. Итак, вы направляетесь к его столику.

Рефлексия.

1. Жаловался ли А? Отменил ли он заказ? Отказался ли заплатить за суп?
2. Вник ли Б в суть проблемы? Преодолил ли непонимание сторонами друг друга? Выразил ли искреннее сожаление? Принес ли вежливые извинения?
3. Удалось ли сторонам дать объяснения, воспринять их и разрешить проблему к обоюдному удовлетворению?

4. Мог ли А изложить свою жалобу ясно и внятно? Ролевая игра может быть использована для демонстрации культурной специфики в человеческом поведении: К примеру : одинаково ли выражают мужчины и женщины одну и ту же жалобу?

Завершение:

Никто не в силах указать «наилучший способ» решения проблем, которыми сопровождается общение с иностранцами, однако обсуждение данной ролевой игры может помочь участникам увидеть широкие возможности для этого.

Упражнение 7.« Какой я на самом деле»

Участникам группы предлагается создать брошюры на тему: «Какой Я на самом деле», затем их презентовать.

Упражнение 8.«Подарок»

Участники встают в круг

Инструкция:

Сейчас мы будем делать подарки друг другу. Начиная с ведущего, каждый по очереди средствами пантомимы изображает какой-то предмет и передает его своему соседу справа (мороженое, ежика, гирию, цветок и т.п.)

Тема дня : Самопознание

Олимпиада по психологии

Цели:

- развитие учебной мотивации
- содействие личностному росту учащихся
- расширение представлений о роли психологических знаний в жизни человека

Участники:

Группы учащихся НПО и студентов СПО, психолог

Ход проведения олимпиады:

Олимпиада проходит в течение одного дня. В ней могут принять участие все желающие. Она проводится в виде станций на которых участники выполняют ряд заданий. В конце недели жюри оценивает работы и называет победителей.

Задание 1 «Я – это Я»

Участникам предлагается дать письменные ответы на 10 вопросов: ребята получают возможность поразмышлять о себе, своем мировоззрении, жизненных установках.

Вопросы для размышления:

1. Что такое Я сам?
2. Как я могу понять, почувствовать самого себя?
3. Как и из чего складываются мои отношения с миром, с природой, с другими людьми?
4. Как я могу оценить свои собственные возможности?
5. Как я могу управлять своим поведением?
6. Если бы я захотел улучшить мир, что бы я в нем изменил?
7. Чего я хочу в жизни больше всего?
8. Если бы я выбирал роль супергероя, то какими возможностями себя бы наделил? Почему?
9. Что в жизни является моей важнейшей обязанностью или обязанностями?
10. Какие мои качества нельзя изменить?

Задание 2 «Пять секунд на раздумье».

1. Сколько девяток в ряду от 1 до 100?
2. В 12 часов дня часовая и минутная стрелки совпадают. Через какое наименьшее количество времени они совпадут снова?
3. На какой вопрос нельзя ответить «ДА»?
4. Что можно подержать только в левой руке?
5. Что у зайца позади, а у цапли впереди?
6. Когда мы видим два, а говорим четырнадцать?
7. Что было завтра, будет вчера?
8. Какая ступенька средняя у лестницы в 15 ступенек?
9. Город – голубая мечта Остапа Бендера.
10. Как говорят о слезах, которым нельзя верить?
11. Каким фруктом назывался вельможа в Древнем Китае?
12. Какую часть света можно найти около Юпитера?
13. В каком месяце человек меньше всего ест?
14. Перед кем люди всегда снимают шляпы?
15. Что всему нужно?
16. Сколько лет отцу, если его единственному сыну 12 лет?

17. На руках 10 пальцев. Сколько пальцев на 10 руках?
18. Что человеку не лень всегда делать?
19. В каком случае шестеро детей и две собаки, забравшиеся под обычный зонтик, не намокнут?
20. Как называется самая близкая к Земле звезда?
21. Два десятка умножили на три десятка. Сколько десятков получилось?
22. Деревянный окрашенный куб с ребром 3 сантиметра распилили на кубические сантиметры. Сколько среди них кубиков, окрашенных с 3 –х сторон?

Ответы на вопросы задания «Пять секунд на раздумье»:

- 1) 20
- 2) 65 минут
- 3) «Ты спишь?»
- 4) Правую руку
- 5) Буква «Ц»
- 6) Когда смотрим на часы
- 7) Сегодня
- 8) Восьмая
- 9) Рио-де-Жанейро
- 10) Крокодилы
- 11) Мандарин
- 12) Европа
- 13) Февраль
- 14) Перед парикмахером.
- 15) Название.
- 16) 12 лет.
- 17) 50.
- 18) Дышать.
- 19) Если нет дождя.
- 20) Солнце.

21) 60.

22) 8.

Задание 3 «Реши анаграммы».

1. кохйек 2. апнисель 3. яшвин

4. оживт 5. тпльнаю 6. лсту

7. раочва 8. ехро 9. льбгдоу

10. аидро 11. ачтпо 12. тасупак

13. ктевинц 14. ражпи 15. аговл

16. леор 17. фелиньд 18. лиорзтеве

19. ркмао 20. шадоль 21. сфомаре

22. кпиракс 23. трсаес 24. беоройв

Правильные ответы к заданию «Реши анаграммы»:

1. Хоккей. 2. Апельсин. 3. Вишня.

4. Живот. 5. Тюльпан. 6. Стул.

7. Овчарка. 8. Орех. 9. Бульдог.

10. Радио. 11. Почта. 12. Капуста.

13. Цветник. 14. Париж. 15. Волга.

16. Орел. 17. Дельфин. 18. Телевизор.

19. Комар. 20. Лошадь. 21. Семафор.

22. Скрипка. 23. Сестра. 24. Воробей.

Задание 4 «Лесенка».

Необходимо написать слова (имена существительные), расположив их в виде лесенки. Все слова должны начинаться с одной и той же буквы. В каждом следующем слове число букв на 1 больше, чем в предыдущем.

Например, лесенка из слов на букву «А»:

Ар

Азу

Аист

Актер и т.д.

Составляем «лестницу» на букву «Д». Длина «лестницы» определяется до первой ошибки.

Задание 5 "Психолог и Я"

Участникам предлагалось дать организаторам олимпиады обратную связь, ответив на 5 вопросов. Также на этом этапе от участников принимались замечания и предложения по организации олимпиады.

Вопросы для рефлексии:

Почему я решил(а) принять участие в психологической олимпиаде?

Чем для меня была психологическая олимпиада?

Каковы были мои основные трудности и как они решались?

Что для меня было особенно интересным и важным в заданиях олимпиады?

Что удалось лучше всего и почему?

"Критерии оценки работ участников олимпиады по психологии"

1. Оригинальность, т.е. степень отличия ответа от общепринятых норм, толкований, стереотипов и положений.
2. Творческая продуктивность, т.е. количество и качество идей содержащихся в ответе.
3. Емкость и лаконичность.
4. Правильность ответов на логические задания.

Каждая номинация оценивается по 5-балльной шкале.

Тема дня : Общение

Интерактивный классный час на тему: «Радость человеческого общения»

Цель: формирование у студентов навыков адекватного общения, представления о значении общения, о правилах общения.

Задачи:

- раскрыть содержание понятия «общение»;
- познакомить учащихся с приемами общения;
- закрепить навыки бесконфликтного общения;
- обучить анализу различных ситуаций при общении;
- расширить понятия о правилах общения.

Формы и методы работы: беседа с элементами обсуждения, игровые тренинги, опрос, применение информационных технологий, анализ.

Функции: просветительская (расширение круга знаний учеников об общении), ориентирующая (выработка ценностей общения), формирующая (формирование адекватного общения, оценка своих качеств).

Оборудование: мультимедийные средства, карточки, памятки с правилами общения.

Прогнозируемые результаты:

- подростки узнают правила безопасного поведения и эффективного межличностного общения;
- развитие позитивных качеств личности подростка: доброжелательность, уважение, умение сотрудничества и т.д.

Ход работы

Психолог:

Тема нашего занятия «Радость человеческого общения».

Сегодня мы попробуем понять ценность общения, постараемся раскрыть содержание понятия «общение», познакомимся с его элементами и научимся преодолевать конфликтные ситуации, возникающие в процессе общения.

Учиться жить среди людей, уметь общаться, так же важно, как изучать математику или биологию, поскольку общение это главное условие и способ существования людей.

Начнем мы с понятия «общение». А поможет нам раскрыть это понятие упражнение «Расшифруй слово».

Упражнение «Расшифруй слово»

Участники выполняют работу самостоятельно, объединившись в небольшие группы (по два человека). Каждая группа расшифровывает только одну букву. По окончании работы дети обсуждают результаты исследования и объясняют свой выбор.

Примерные ответы учащихся:

О- объединение, открытость;

Б- близость, безопасность;

Щ- щедрость;

Е- единение, единомыслие;

Н- необходимость;

И- искренность, истина...

Психолог:

Обратимся к словарю. Общение – форма связи между людьми, взаимодействие, действие совершаемое вместе, сообща.

Столько хороших, важных слов раскрывает нам понятие «общение». Так почему же именно в общении возникают конфликты? Сегодня от части мы постараемся ответить на этот вопрос.

Обратимся к словарю. Конфликт – столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, острый спор.

Наверно все сталкивались с тем, что, произнося одни и те же слова, в одной ситуации устанавливаются хорошие отношения с собеседником, а в другой – плохие, приводящие к конфликтам. (Пример....)

В нашем городе много жителей, много приезжих, чересчур много машин. Все куда-то спешат, все куда-то опаздывают. В этой жизненной суматохе мы испытываем определенное эмоциональное состояние. Встретившись взглядом, подарив улыбку случайному прохожему, мимоходом роняем какую-то фразу, оставляем в душах людей впечатления о себе.

Психолог:

Общение бывает вербальное и не вербальное.

Как известно, интонация голоса играет огромную роль в общении. Даже короткое слово —ДА. можно сказать с множеством интонаций. В зависимости от интонации слово будет приобретать новый смысл:

- вопросительный —ДА?
- утвердительный —ДА.
- возмутительной —ДА!?
- безразличной —ДА....

Каждый раз, когда я произносила слово — «ДА» мое лицо изменялось вместе с интонацией голоса.

Психолог:

- Ребята, как вы думаете, можно ли в разговоре обойтись без мимики?

Примерные ответы учащихся:

- Да
- Нет

Следующее упражнение «Ромашка чувств» поможет нам понять, почему так происходит.

Упражнение «Ромашка чувств».

Учащимся предлагается произнести словосочетание «давай дружить», как можно выразительнее, отразив его интонацией написанной на лепестках ромашки. Каждый ученик по очереди выбирает понравившийся лепесток и произносит нужное слово с выбранной им интонацией.

Итак, начнем: удивленно, скорбно, нежно, злобно, восторженно.

Психолог:

Мы иногда не придаем должного значения словам и тону, в котором мы произносим эти слова, особенно сказанные в минуту раздражения, усталости, на перемене в техникуме, дома маме, родным и другим.

Необходимо постоянно следить не только за тем, что вы говорите, но и с какой интонацией вы обращаетесь к человеку. Неслучайно об этом говорится в народных пословицах: «Слово пуще стрелы разит»; «От одного слова - да на век ссора»... Поверьте, что ваша грубость и резкость отрицательно влияет не только на других, но и на тебя самого.

Психолог:

– Ребята, как вы думаете, можно ли общаться без слов?

– ДА, еще как можно. Такой вид общения называется не вербальным. С помощью жестов, мимики лица, походки, позы тела.

Они так же имеют эмоциональную окраску.

– Как вы думаете – какую?

Примерные ответы учащихся:

– вопросительную

– утвердительную

– возмутительную

– безразличную

Давайте попробуем выполнить следующее упражнение «Подари подарок».

Упражнение «Подари подарок»

Все учащиеся становятся участниками игры. Разбиваются на пары. (На невербальном уровне дарим подарок) – второй игрок должен определить, что это было. Убедившись, что вас поняли правильно, меняемся ролями.

Психолог:

– Ребята, какие эмоции вы испытали получив подарок?

Примерные ответы учащихся:

Психолог:

Можно ли обидеть человека средствами невербального общения?

Примерные ответы учащихся:

Психолог:

Каждое движение, совершаемое нами должно соответствовать смыслу разговора, иначе можно стать непонятым, обидев при этом своего собеседника.

Сейчас ребята я предложу вашему вниманию рассказ, где вы попробуете найти ошибку в общении, повлекшую возникновение конфликта.

Упражнение «Найди ошибку»

Рассказ.

Папа подарил Воле на день рождения новые марки. Вова показал их своему другу Косте и радостно сообщил:

- Смотри, какие мне марки папа подарил! Редкие, красивые! Тебе нравится?

- Да у меня таких навалом! – засмеялся Костя. – И ничего особенного в них

нет! А отец твой, по-моему, совсем в марках не разбирается! В общем, ерундовые марки! Давай я лучше тебе свои покажу?

Но Вова не захотел, и потом еще три дня с Костей не разговаривал.

Как вы думаете ребята, почему?

Примерные ответы учащихся:

Психолог:

Да ребята. Костя вел себя не тактично.

Обратимся к словарю. Такт – умение вести себя пристойно, уважая других, чувство меры в поведении, в поступках.

Важно научиться чувствовать, что нужно другому человеку, что для него обидно, в чем он нуждается больше всего.

А теперь давайте попробуем из появившихся на экране качеств человека выбрать те, которые помогают общению, а не усложняют его.

Упражнение «Выбор качеств»

На доске выписаны качества человека помогающие его общению и усложняющие его: доброта, открытость, подозрительность, внимание, душевность, грубость, тактичность, зависть, скупость, искренность, лицемерие, лживость, порядочность, эгоизм, честность.

Учащиеся должны выбрать те качества, которые способствуют приятному и хорошему общению.

Задумайтесь все ли эти качества достаточно развиты у вас?

У каждого из вас на парте лежит памятка с правилами общения. Я думаю, что она поможет проанализировать ваше общение с людьми и выделить для себя то, что необходимо в себе воспитывать.

Не оправдывайте себя! (Меня не понимают, меня не ценят, ко мне не справедливы, я забыла и т.д.).

Не снимайте с себя ответственности!

Не общайтесь с людьми только из-за внешних стереотипов!

Будьте искренни!

Будьте мужественны!

Будьте справедливы!

Будьте терпимы и оптимистичны!

Считайтесь с чужим мнением!

Не бойтесь говорить правду!

Радуйтесь успехам людей, которые вас окружают!

Будьте естественны в общении!

Не бойтесь правды, высказанной в ваш адрес!

Анализируйте свои отношения с людьми, смотрите в них, как в зеркало!

Итоги.

Останься честен, говоря с толпой,

Будь прям и тверд с врагами и друзьями,

Пусть все в свой час считаются с тобой.

Наполни смыслом каждое мгновенье,

Часов и дней неумолимый бег,

Тогда весь мир ты примешь во владенье,

Тогда, мой сын, ты будешь Человек!

(Р. Киплинг)

Психолог:

Вот и заканчивается наша встреча. Сегодня мы с вами попытались проанализировать ошибки, которые люди допускают во время общения, попытались понять, как найти общий язык друг с другом. Конечно, сразу научиться искусству общения нельзя. Человек учится этому всю жизнь, и, если мы будем стараться жить, получая истинную радость от общения, то мир покажется большим, солнечным и прекрасным.

Рефлексия. Давайте оценим наше занятие на счет «три» с помощью невербального общения.

Тема дня: Положительные эмоции

Психологическая акция "Волшебная шкатулка"

Эта акция предназначена для того, чтобы поддержать каждого "жителя техникума", дать возможность учащимся и студентам помечтать, а взрослым - искренне по-детски улыбнуться.

Цели:

- создание благоприятного климата в образовательной организации;
- развитие познавательного интереса участников образовательного процесса.

Участники:

- все желающие: обучающиеся, педагоги, работники техникума, психолог

Необходимые материалы:

- шкатулка
- записки с добрыми пожеланиями (в большом количестве)

Время:

акция проходит в течение одного учебного дня на переменах

Этапы акции:

подготовительный этап

Психологу необходимо найти и напечатать как можно больше вариантов добрых пожеланий. Желательно выбирать тексты, ориентированные на каждого независимо от пола, возраста и рода занятий. Загадочности процедуре может добавить, если все записки будут определенным образом свернуты (это трудно и весьма затратно по времени, но окупается по виде участников, старательно их раскрывающих в ожидании "ответа вселенной").

Основной этап

В шкатулку достаточно вместительного размера насыпаются записки с пожеланиями. Ребята из дежурного класса проходят со шкатулкой по школьным коридорам, предлагая уникальную возможность задать важный вопрос вселенной и получить ответ. Все желающие сосредоточенно закрывают глаза, вопрошают у вселенной, а потом тянут записки.

3. Обратная связь

Поскольку лимит на пожелания отсутствует, то каждый в конце концов вытягивает столько сколько необходимо для ощущения счастья, успеха, умиротворения.

Примеры пожеланий.

Желаем солнца на земле

И неба нежно-голубого.

Любви и радости Тебе,

И счастья самого земного.

Желаем счастья много-много

Тебе на жизненном пути,

Пусть будет светлой та дорога,

Которой будешь ты идти!

Желаем тебе счастья -без оглядки,

Работать – без усталости,

Здоровья – без лечения,

А жизнь – без огорчения!

Желаем море счастья,

Капельку невзгод,

Океан удачи, ручеек забот.

Пусть будет так:

В семье - любовь,

В учебе - уважение.

Успехов, радости

И чуточку терпения!

Пусть будет жизнь твоя

прекрасной,
Пусть будет меньше зла и бед.
Желаем мы большого счастья
И долгих, светлых, добрых лет!
Пожеланья наши кратки:
Здоровья и жизни в достатке.
Что тобой загадано сбудется
пускай,
Счастье нагадано его не упусти!!!
Желаем счастья, солнца, света,
Улыбок, радости, успеха,
Прожить еще до сотни лет,
Не зная горя, слез и бед.
Желаем, чтоб солнце входило в
дом,
Любые мечты исполнялись,
Чтоб радость и счастье ходили
гуськом
И в жизни друзья не терялись.
Пусть счастье спутником твоим
Останется навеки,
Пусть будет рядом навсегда
Любимый человек!
Если неба, то синего,
Если друга, то сильного,
Если дружбы, то вечной,
А любви - бесконечной.
Если неба, то синего,

Если друга, то сильного,
Если дружбы, то вечной,
А любви - бесконечной.
Пусть, что казалось очень
трудным
Легко и быстро все произойдет.
Желаем в жизни радости,
В делах - мудрости,
В друзьях - верности,
А в сердце - юности
Желаем цвести, расти, копить,
крепить здоровье,
Ведь для дальнейшего пути -
это важнейшее условие.
Желаем в жизненном пути
Дорогу верную найти,
Беды не знать, преград не мерить,
Любить, надеяться и верить.
Пусть в этот зимний день
Для Тебя сильнее солнце греет,
И все печали за порог
Пусть унесет попутный ветер.
Пожеланья наши кратки:
Здоровья, счастья, меньше бед,
В семье чтоб было все в порядке
И жизни много-много лет.
Жизнь - штука неплохая,
Хотя бывает тяжела.

Пусть никогда не подступает
К вам боль души и сердца мгла.
Не живи уныло, не жалей, что было,
Не гадай, что будет, береги, что есть.
Много слов хороших хочется сказать,
Доброго здоровья в жизни пожелать,
Сердцем и душою вечно не стареть
И прожить на свете еще много лет.
Желаем и зимой, и летом
Хвост держать пистолетом.
Пусть здоровье, счастье, радость
С вами дружат каждый час.
Пусть суровые несчастья
Стороной обходят Вас!
Пусть приумножаться в жизни
оценки отличные
И счастье личное.
Желаем, чтоб люди любили тебя,
Друзья чтоб тобою гордились.
Желаем, чтоб жизнь молодая цвела
И годы счастливо катились
Пожеланий наших не счесть,
Так зачем же делить их на части?
Если все они, сколько ни есть,
Заключаются в слове счастье.
Пусть жизнь твоя течет рекою
Среди цветущих берегов,
И пусть живут всегда с тобою

Надежда, Вера и Любовь!

В сей мир едва ли снова попадем,

Своих друзей вторично не найдем.

Лови же миг! Ведь он не повторится.

Как ты и сам не повторишься в нем.

Желаем, чтоб сердце ритмично стучало,

Чтоб годы замедлили бег,

Чтоб беды отпали, печаль не встречалась,

Здоровья хватило на век.

Пусть этот день красивым будет, ясным,

Пусть счастье не обходит никогда.

Пусть будет настроение прекрасным,

Желанья пусть сбываются всегда.

Чтоб жизнью насладиться

Пусть даже то, что уже есть,

Приятно повторится.

Пусть будет в жизни все, что нужно,

Чем жизнь бывает хороша:

Любовь, здоровье, счастье, дружба

И вечно добрая душа.

Храни судьба от Злого языка, От горя и ненастья.

И дай Господь, коль это в его власти,

Здоровья, счастья и добра.

Пусть будет здоровье - в теле,

В душе - свет

И рядом никаких бед.

Пусть в душе твоей сохранится

добрый свет.

Пусть друзья, когда надо,
смогут дать совет.

Пусть учеба, друзья и семья
Не огорчают тебя.

Желаем солнца яркого и радостных дней.
Пусть мечты исполняются все поскорей.

Желаем на годы и годы вперед
Лишь только приятных забот и хлопот.

И чтобы свалились все тяготы с плеч,
Желаем одних только радостных встреч.

Пусть солнце освещает Вас всегда,
И годы бесконечно пусть продлятся,

Пусть в Вашу дверь нигде и никогда
Ни старость, ни болезнь не постучатся.

Пусть годы бегут и бегут - не беда,
Пусть рядом здоровье шагает всегда,

Пусть счастье, как птица, на крыльях летит,
А сердце не знает тревог и обид.

Чтоб жизнь прожить, знать надобно немало.
Два правила запомни для начала:

Ты лучше голодай, чем что
попало есть,

И лучше будь один, чем вместе
с кем попало.

Желаем, чтоб тебя обходили несчастья,
а дружили с тобой любовь и счастье!

Пусть мечты все сбудутся,
Пусть радость не кончается.

Обиды пусть забудутся
И счастье улыбается.
Глаза твои счастьем пусть
вечно сияют,
А в жизни лишь только друзья
окружают!
Желаем счастья Тебе вечного,
Желаем горьких слов не знать,
Смеяться в жизни бесконечно
И счастье счастьем запивать!
Желаем счастья, светлых дней,
Здоровья, что всего ценней,
Дороги жизни подлинней
И много радости на ней.
От души желаем счастья.
Много-много долгих лет.
Ну, а главное - здоровья,
Чего дороже в жизни нет.
Дай Бог Вам радости от дела
И бой выигрывать с тоскою,
Чтоб море ласки не мелело
И никогда не знать покоя!
Желаем успехов, желаем удачи,
Легко отдыхать и трудиться с
отдачей.
Чтоб радость в судьбе
Твоей чаще встречалась,
Чтоб все выходило и все получалось.

Добро безмерно, как вода
бездонного колодца.
Будь добрым к людям - и добро
Всегда к Тебе вернется.
Хочется счастья Тебе пожелать.
Самое главное - не унывать.
Всего Тебе доброго, мирного, ясного,
Всего Тебе светлого и прекрасного.
Пусть вечно весна
В твоём сердце живет,
Пусть лучами цветов
Для тебя расцветет!
Желаем, чтоб спутником было здоровье,
Чтоб в дверь не стучалась беда.
Желаем успехов и счастья
И бодрости духа всегда.
Молодость твоя пусть не убудет,
А вместе с ней - любовь и доброта.
Пусть вечным гостем в доме твоём будут
Покой и счастье, мир и теплота!
Чтоб Твои дороги обошли тревоги,
Чтоб сияло солнце на Твоём
пути,
Чтобы не устало и не перестало
За Тобою счастье по земле идти.
Пусть жизнь твоя течёт рекою
Среди цветущих берегов.
И пусть тебя сопровождает

Всегда взаимная Любовь!!!
Желаем, чтоб тебя любили,
Чтоб с неба звёзды доставали
И крепко-крепко обнимали!
Желаем на все годы
Безоблачной погоды,
Ни капельки ненастья,
Любви, здоровья, счастья!
Чтоб жизнь всегда была светла,
Желаем света и тепла,
Здоровья крепкого навек,
Всего, чем счастлив человек!
Желаем легких, светлых дней
И теплого внимания друзей.
Желаем Вам большой удачи,
Чтоб ваша жизнь была богата,
Чтоб был у Вас во всем успех,
Чтоб были вы счастливей всех!
Желаем быть в жизни человеком
цепким,
Здоровьем - крепким, лицом -
красивым,
А судьбой - счастливым.
Тебе желаем мы здоровья и удачи.
Пусть рядом будут радость и мечта.
И пусть из всех моральных качеств
В Тебе сильнейшим остается
доброта

Пусть будет светлым жизни век,
Мечта с надеждой не обманут,
И пусть хороший человек
Единственным на свете станет.
Пусть друзья будут с тобой
И в веселый час и трудную
порой.
Хотим, чтоб счастья было море,
Улыбка радовала глаз,
Чтоб счастье было бесконечным,
Здоровье крепким, как алмаз.
Пусть жизнь твоя течет рекою
Среди жемчужных берегов.
Пусть навсегда будут с тобою
Вера, Надежда, Любовь.
Желаем счастья и добра,
Чтоб жизнь, как день была светла,
Чтоб только радость, без тревог,
Переступала Ваш порог.
Пусть сбудутся заветные мечты.
И помни: "Лучше всех, конечно, ты!"
Желаю в жизненном пути
Дорогу верную найти,
Беды не знать, преград не
мерить,
Любить, надеяться и верить.
Пускай любое увлечение,
Большую радость принесет

Отличным будет настроенье
Во всех делах тебе везет.
Улыбнись скорей сейчас
Ты ведь лучше всех у нас.
Желаем много лет прожить
И с горем не встречаться,
Кто сердцу мил, того любить
И с ним на век остаться.
Желаем любви красивой,
Желаем жизни счастливой,
Желаем здоровым быть
И все печали забыть.
Пусть красивою дорогой
Будет виться жизнь Твоя,
Счастье пусть идет с Тобою,
От невзгод Тебя храня.
Желаем Вам в учебе
вдохновенья,
В кругу семьи - тепла и
доброты.
Среди друзей - любви и уваженья
И в жизни сбывшейся мечты.
Пусть радостей в жизни
прибавится
И денежки бумажные в кошельке появятся.
Удач тебе на все года,
Здоровья крепкого всегда,
Счастливой жизни, и тогда -

Все остальное ерунда
Желаем искренне, сердечно
Не знать волнений и помех,
Чтоб сопутствовали вечно
Здоровье, радость и успех.
Пусть будет в жизни все, как
прежде:
Любовь, уверенность, надежда,
Движенье к цели и удача.
А сердце - добрым и горячим.
Пусть горе никогда не будет
Таиться в зеркале пустом.
Неси любовь и счастье людям,
И будет полной чашей дом!
Желаем жизни без кручины,
Не портить нервов без причины,
Иметь всегда "веселый вид"
Не знать, что, где и как болит!
Почаще надо улыбаться
И ерунде не огорчаться,
Частушки озорные петь
И, если можно, - не стареть!
Желаем счастья и добра,
Желаем жизни полной,
Желаем бодрости с утра
До самой ночи поздней.
Пусть будут чудеса и
приключения

И все закончатся мучения.
Прими обычное присловье,
Служившее всегда, везде:
Желаем счастья и здоровья,
Улыбок бодрых и т. д.
Желаем, чтоб преградам всем назло
Жилось, любилось и везло!
Пусть жизнь тебя ласкает -
Уют, заботу, нежность, дружбу
дарит!
Пусть жизнь твоя течет рекою
Среди жемчужных берегов.
Пусть навсегда будут с тобою
Вера, Надежда, Любовь.

Тема дня : Пожелания.

- организовать получение «обратной связи» с помощью листа отзывов и предложений для учащихся и педагогов отдельно;

- подвести итоги олимпиады по психологии.

Сценарий проведения психологического КВН см. выше.

Список литературы

1. Азарова Т., Битянова М., Беглова Т. «Неделя психологии в школе». -М.: Чистые пруды, 2017. - 32 с.: ил. (Библиотечка «Первого сентября», серия «Школьный психолог»).
2. Князева П.В. «Неделя психологии в детском саду» // «Школьный психолог».- № 24, 2018 года. –с.11-13.
3. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. –М.: Речь, 2000. -215 с.

4. Фоппель К. Как научить детей сотрудничать? М.: Генезис, 2017, -315с.